



San Marcos

UNIVERSIDAD
ILUMINO

SEXUALIDAD HUMANA MODULO 1

SEXUALIDAD HUMANA

Eduardo Sánchez Castro
12/2020

PREGUNTA DISPARADORA

¿Cómo es que el ser humano elige a su pareja?

RESUMEN

En este primer módulo de Sexualidad Humana el estudiante verá las principales teorías y paradigmas sobre el origen de la sexualidad y sus principales características en el ser humano. Estas teorías van desde el enfoque biologicista, hasta el psicológico enfocado en gran manera en la teoría psicoanalítica de Freud y la teoría cognitiva, además de las teorías de aprendizaje e intercambio social. Se pasa además a observar aspectos importantes acerca de la sexualidad, como es definir sexo, género, identidad y se analiza el papel de la educación sexual en nuestros infantes.

PALABRAS CLAVES

Teorías, sexualidad, biología, social, educación, niñez, género, sexo

SHOT QUESTION

How is it that the human being chooses his partner?

ABSTRACT

In this first module of Human Sexuality the student will see the main theories and paradigms about the origin of sexuality and its main characteristics in the human being. These theories range from the biological approach to the psychological one focused largely on Freud's psychoanalytic theory and cognitive theory, in addition to the theories of learning and social exchange. It also goes on to observe important aspects about sexuality, such as defining sex, gender, identity, and the role of sexual education in our infants is analyzed.

KEYWORDS

Theories, sexuality, biology, social, education, childhood, gender, sex

INTRODUCCIÓN

¿Porque le interesa al estudiante de psicología el tema de la sexualidad, no es exclusivo de la sexología?

Este trabajo se ha realizado con la finalidad de lograr que el estudiante en su carrera tenga la noción de la multidisciplinariedad, y conozca temas de profundidad en relación a la conducta del ser humano, esta conducta sexual. Existe muchos trabajos anteriores con respecto a la sexualidad, a identificación de géneros, a la diversidad, es un tema que hoy en día se está reconstruyendo en la mente de todos.

El objetivo principal de este módulo es conocer y explicar la sexualidad humana desde distintos ángulos y a la vez tener las bases fundamentales para participar como agente de cambio en la educación de nuestros menores (y adultos) en la sexualidad humana.

CONTENIDO

SEXUALIDAD HUMANA

Eduardo Sánchez
Módulo 1
SEXUALIDAD HUMANA

Contenido

Introducción.....	5
Investigación y perspectivas teóricas sobre sexualidad humana	6
Análisis crítico en sexualidad humana	19
La educación de la sexualidad humana.....	24
Conclusiones y Recomendaciones	30
Bibliografía	32

Introducción

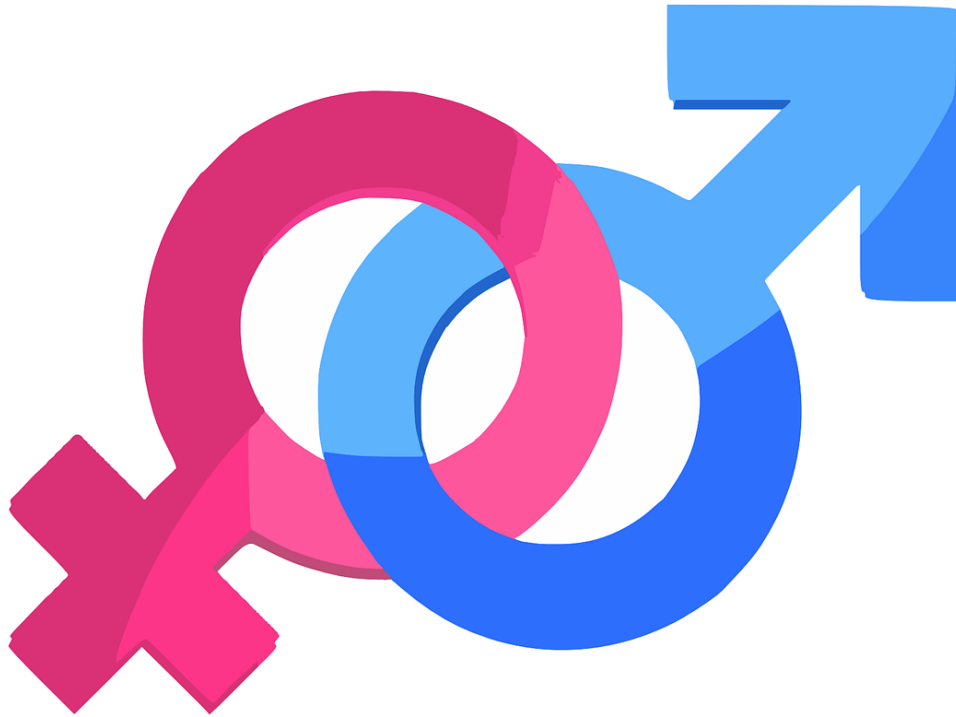


Figura 1.

Fuente: <https://pixabay.com/es/vectors/g%C3%A9nero-sexo-s%C3%ADmbolo-masculina-312411/>

¿Cómo es que el ser humano elige a su pareja?

Bienvenido estudiante al curso de Sexualidad Humana es de gran interés para el futuro profesional conocer y entender la sexualidad desde los aspectos históricos, culturales, fisiológicos, funcionales, de afectividad, biológicos entre otros.

Este tema es algo complicado de resumir en unas cuantas hojas, debido a sus complejas facetas en la vida del hombre, el afán es que el lector comprenda desde la psicología la visión de la sexualidad humana.

Decía Sigmund Freud (considerado Padre del Psicoanálisis) el ser humano es completamente sexual en todo su organismo y necesita crear su regulación para dejar fluir energías de la forma correcta.

La sexualidad no nos diferencia mucho del reino animal, sin embargo, la interacción entre las personas y la cultura le dan un toque especial que hace la diferencia.

Investigación y perspectivas teóricas sobre sexualidad humana

La sexualidad humana comprende muchos aspectos a considerar, en primer lugar, la palabra sexo viene de la raíz latina “cortar o dividir” hablando de la división de los órganos sexuales masculinos y femeninos, se refiere al género, es decir, ser macho o hembra. En tanto que el término “género” se refiere a ser varón o hembra en los papeles o roles propios de cada uno.

De acuerdo con Rathus y otros (2005) la sexualidad humana es “las diferentes maneras en que experimentamos y nos expresamos como seres sexuales” (p. 2).

La sexualidad se ha estudiado desde muchos ángulos o posiciones epistemológicas, es un concepto multidisciplinario, es decir, donde participan muchas disciplinas en la concepción y explicación de él; la sexualidad se puede explorar desde la perspectiva histórica, biológica, evolucionista, comparativa, intercultural, psicológica, legal y sociocultural.

El ser humano tiende a simbolizar o dar un significado especial a las cosas que le suceden, la sexualidad no escapa de ello, por lo tanto, para el ser humano la sexualidad va más allá de ser hombre o mujer; el afecto y las emociones son dos conceptos unidos a la experiencia.

Menciona Zapiain (2014) que el “cuerpo sexuado le corresponde una experiencia psicológica que se desarrolla en un contexto sociocultural” (p. 23). Donde el ser humano en su capacidad de razonamiento y sentido de conciencia coloca su propia sexualidad en un espacio en el mundo, en este sentido, es el modo de vivir e interpretar su propia sexualidad.

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS) la definición más completa que hallaron acerca de la sexualidad es:

La sexualidad es un aspecto central del hecho de ser humano y abarca: el sexo, las identidades y papeles de género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción. Se vive y se expresa en pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, comportamientos, prácticas, papeles y relaciones interpersonales. Si bien la sexualidad puede incluir todas estas dimensiones, no todas ellas se experimentan o expresan siempre. La sexualidad está influida por la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales (Rubio, 2014, p. 2).

Acerca de la teoría de la sexualidad humana hay que conocer algunos datos importantes al comenzar con el sentido de tener una noción objetiva sobre cada término, en este sentido, algunas teorías desde las ciencias sociales tienen mucho que decir acerca de la sexualidad y son las que se consideran en este tema.

Perspectivas evolutivas

Sociobiología

Según Shibley y Delamater (2006) la sociobiología se define como la aplicación de la biología evolutiva a la comprensión de la conducta social de los animales, incluyendo a los humanos.

Dentro de esta conducta social se encuentra por supuesto la sexualidad, o mejor dicho la conducta sexual como tal, en términos de evolución la conducta sexual sirve para continuar la especie a través de la transmisión de genes produciendo crías sanas y es un hecho que la escogencia de la pareja depende de factores como el atractivo sexual que son representativos de la salud y vigor del individuo para multiplicar su especie.

Además, las características físicas de la pareja están relacionados con el potencial productivo de la pareja, con la selección natural de antemano, la probabilidad de que las parejas que tengas características que “comúnmente” son señaladas como atractivas, favorece que tengan un éxito reproductivo.

Todo el filtrado o insinuación sexual va a comprarse con rituales de cortejo de otras especies, por ejemplo “muchos halcones y águilas tienen un cortejo al vuelo en que la pareja intercambia objetos en el aire” (Shibley, et al., 2006, p. 26).

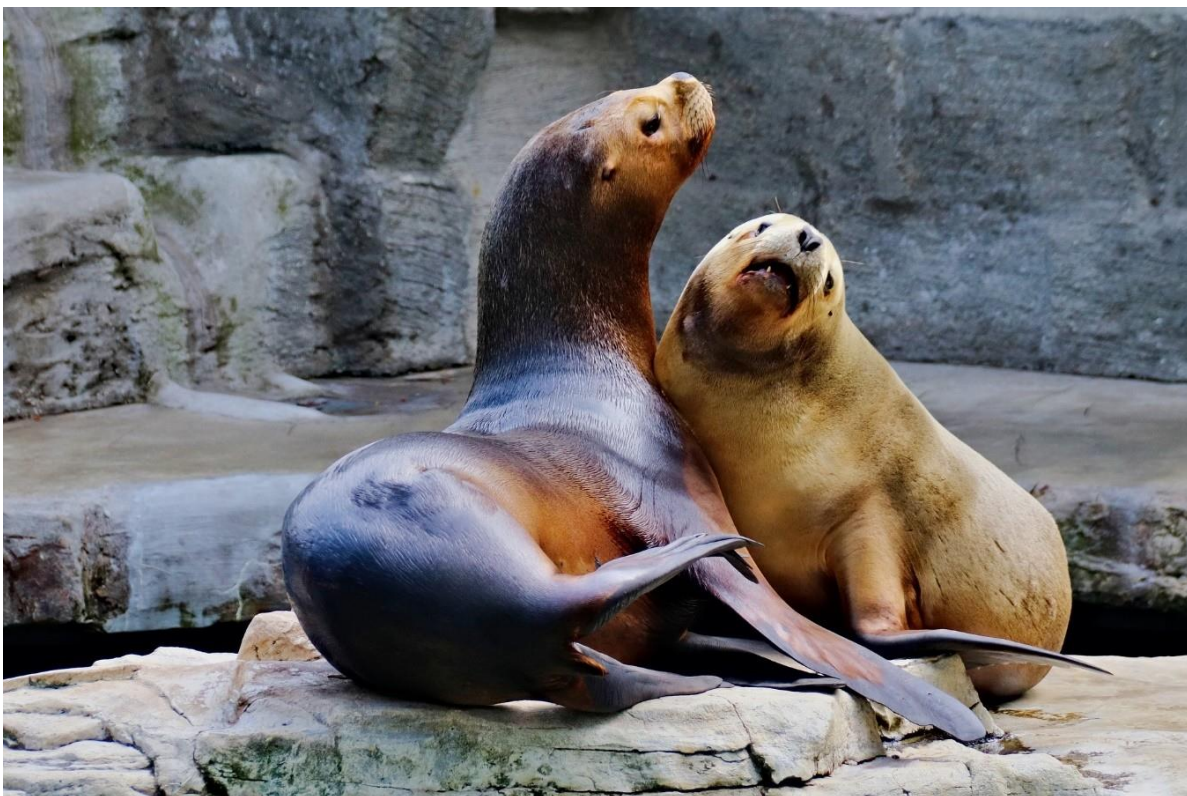


Figura 2.

Fuente: <https://pixabay.com/es/photos/los-leones-de-mar-un-par-de-4340515/>

La sociobiología también le da una explicación natural al establecimiento de la familiar nuclear, donde padre, madre e hijos conviven como se observa regularmente en una sociedad. Cuando la pareja se ha apareado, las crías son vulnerables de continuación, es decir, pueden morir muy rápido, por dos razones: la leche materna y la muerte prematura.

Es solo a través del amamantamiento y los cuidados maternos que el bebé sobrevive, por otro lado, la seguridad que establece que el padre al proporcionar recursos y seguridad contra ataques para la madre y el lactante brinda al menor la posibilidad de continuar la especie y seguir con ese mismo ciclo de adulto.

Destaca Sinbley, et al. (2006) que existen dos mecanismos que facilitan estas conexiones; *el lazo de pareja entre madre y padre y la vinculación entre el lactante y los padres.*



Figura 3.

Fuente: <https://pixabay.com/es/photos/personas-mujer-hombre-novios-4647978/>

Otra forma de explicar la conducta sexual desde la sociobiología la designó Charles Darwin, quien propuso que la selección sexual es “aquella que resulta a partir de las diferencias entre las características que afectan el acceso a parejas” (p.27).

De esta manera señala que existen dos procesos:

- a. Competencia entre los miembros de un género para poder tener acceso al apareamiento con el otro sexo y

- b. Elección preferencial de los miembros de un género por ciertos miembros del otro sexo.

Hoy en día, algunos investigadores están probando algunas de las predicciones con los humanos que provienen de esta teoría de la selección sexual, ejemplo de ello es que “los hombres tendrían que competir entre sí en formas que impliquen ostentar recursos materiales que deberían ser atractivos para las mujeres y que deberían llevar a cabo estos despliegues con mayor frecuencia de lo que lo hacen las mujeres” (p. 27).

Esta es una teoría explicativa de la conducta sexual desde la sociobiología que ha recibido muchas críticas por parte de los críticos, los cuales se oponen definitivamente al determinismo biológico, por fundamentarse en una versión añeja de la teoría evolutiva y que de alguna manera no explica la complejidad humana.

Psicología evolutiva

Continuando con las teorías se encuentra la teoría de la psicología evolutiva, “la cual centra su atención en los mecanismos psicológicos que la selección natural ha moldeado” (p. 28). Davis Buss, pionero en la psicología evolutiva señala que las estructuras cognitivas o emocionales han evolucionado y le permiten al ser humano pensar acerca de la toma de decisiones en su vida, sea a corto o largo plazo para resolver problemas con relación a la sexualidad.

De esta manera, las mujeres y los hombres se enfrentan a problemas en cuanto al apareo a corto y largo plazo.

Diferencias que siguen a estrategias distintas, o conductas diseñadas para la resolución de dichos problemas. En el apareo a corto plazo, una mujer puede elegir a una pareja que le ofrece recursos inmediatos, tales como comida o dinero. En el apareo a largo plazo, es posible que la mujer elija a una pareja que parezca capaz y dispuesta a proporcionar recursos para el futuro indefinido. Es posible que un varón busque a una mujer sexualmente

disponible para aventuras a corto plazo, pero que evite a este tipo de mujer cuando se encuentre buscando una pareja a largo plazo.

En conclusión, Buss señala que los hombres generalmente relajan sus estándares cuando buscan una pareja a corto plazo, requiriendo menos, por ejemplo, en cuanto a nivel educativo, honradez y estabilidad emocional; se asume que la relajación de los propios estándares aumentará las probabilidades de encontrar pareja. Las preferencias de las mujeres cambian menos que las de los hombres cuando tratan de encontrar una pareja a corto plazo, pero es más probable que busquen a alguien que tenga recursos y que sea generoso con ellos.

Teorías psicológicas

Dentro de las teorías psicológicas se pueden identificar cuatro:

- 1. Psicoanálisis**
- 2. Teoría del aprendizaje social**
- 3. Teoría del intercambio social**
- 4. Teoría cognitiva**



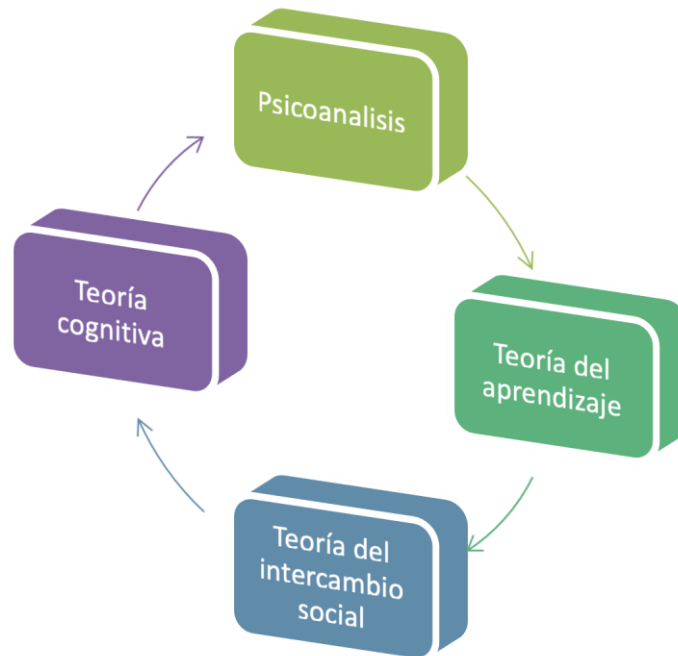


Figura 4. Teorías psicológicas de la sexualidad

Fuente: propia

1. **Teoría psicoanalítica:** Sigmund Freud basó todos sus trabajos del psicoanálisis alrededor de una energía sexual a la que llamó libido o impulso sexual, él consideraba que gran parte de la vida de una persona se rige por una sexualidad completa “de pies a cabeza” y que el yo, el superyó y el ello, tres mecanismos internos conducen nuestra forma de captar y hacer las cosas, se encuentran en constante desacuerdo sobre el dominio de su voluntad en la persona, por lo tanto, hay una guerra campal a lo interior de la persona que muchas veces resulta en la elaboración de mecanismos de defensa o protección.

Para explicar cuál es la relación de la conducta sexual con esta teoría tomamos una descripción literal:

Considere el caso de la presidenta de una corporación que se encuentra en una junta del consejo directivo; en la junta también se encuentra su guapísimo y musculoso colega, el Sr. Galán. Ella observa al Sr. Galán y su ello dice, “Lo quiero arrojar sobre la

mesa y hacerle el amor de inmediato. ¡Hagámoslo!” El yo interviene y dice, “No lo podemos hacer en este momento porque los otros miembros del consejo también están aquí. Esperemos hasta las 5:00 p.m., cuando todos se hayan ido y entonces lo haremos.” El superyó dice, “No debería hacerle el amor al Sr. Galán en absoluto porque soy una mujer casada.” ¿Qué es lo que sucede en realidad? Depende de la fortaleza relativa del ello, yo y superyó de esta mujer. El ello, yo y superyó se desarrollan en secuencia. El ello contiene el conjunto de instintos presentes al momento del nacimiento. El yo se desarrolla más adelante, a medida que el niño aprende a interactuar de forma realista con su ambiente y con las personas que se encuentran dentro de él. El superyó se desarrolla al final, a medida que el niño aprende valores morales. (p.29).

Además señaló Freud que existen zonas erógenas en el cuerpo y que se focaliza su atención en cada etapa del desarrollo infantil de la persona, de esta manera cuando es pequeño de 0 a 18 meses aproximadamente su zona erógena (que le causa placer) es la boca, en tanto que a partir de los 18 meses y hasta los dos años aproximadamente la zona erógena es el ano, así sucesivamente seguimos por el camino, de tres a cinco o seis años aproximadamente la zona erógena es el falo (simbología de pene) en el niño y aparece un fenómeno llamado el Complejo de Edipo, que es la atracción sexual primaria del niño a la madre y de la niña hacia el padre.

No obstante, la teoría psicoanalítica de Freud para muchas personas tiene connotaciones “machistas” y ha sido duramente criticado por muchos, ya que Freud consideraba que la mujer es biológicamente “inferior” al hombre, las teorías de Freud no pueden ser respaldadas por la ciencia, aunque no dejan de ser una explicación interesante.

2. **Teoría del aprendizaje social:** como su nombre lo indica el postulado principal de esta teoría es que la conducta es aprendida, entre las teorías más reconocidas del aprendizaje social tenemos el condicionamiento clásico, el condicionamiento operante y el aprendizaje social.



2.1. Condicionamiento clásico: el condicionamiento clásico explica la conducta a partir de estímulos y respuestas, este intercambio se puede dar en las situaciones más sencillas de la vida y hasta en las más complejas como la sexualidad, su principal postor Iván P. Pavlov inició un trabajo de experimentación e investigación con animales (perros) sobre la salivación y encontró casi de forma “accidental” que el animal respondía a estímulos ante la presencia de carne en polvo, cuando se le acercaba carne (estimulo incondicionado) y se hacía sonar una campana (estímulo neutro) el animal empezaba a salivar (respuesta incondicionada) , con repetidas ocasiones de la misma situación, el animal aún volvía a salivar ante la presencia de la campana sin la carne (el animal había asociado campana-carne) y se convertía en estímulo condicionado creando una respuesta condicionada en el perro. De esta manera tan sencilla se explica que el hombre modifica su conducta por medio de estímulos en el ambiente.

En lo que respecta a la conducta sexual, imaginemos por medio de un ejemplo, esta asociación:

Como ejemplo, supongamos que el primer novio serio de Nadia en la escuela secundaria siempre usa colonia Erotik cuando salen. A medida que crece su intimidad sexual, pasan muchos ratos placenteros, donde él acaricia sus muslos y otras partes sexualmente responsivas de su cuerpo, y ella se siente extremadamente excitada, siempre con el aroma de Erotik en su nariz. Un día entra en un elevador lleno de desconocidos en una tienda departamental y alguien está usando Erotik. De manera instantánea Nadia se siente sexualmente excitada, a pesar de que no está involucrada en ninguna actividad sexual. Desde el punto de vista del condicionamiento clásico esto hace todo el sentido del mundo, aun cuando Nadia pueda preguntarse por qué se está sintiendo tan excitada en el elevador. Las caricias de sus muslos y toqueteos sexuales fueron el EI. Su excitación fue la RI. El aroma de la colonia, el EC, se apareó en repetidas ocasiones con el EI. A la larga, el aroma apareció por sí mismo, evocando la excitación, la RC. (Simbley, et al., 2006, p. 31).

Por lo tanto, esta teoría explica una serie de estímulos que se encuentran en el ambiente previo y durante la conducta sexual

2.2. Condicionamiento operante: en esta ocasión y de forma extendida al anterior condicionamiento, lo que interviene son las consecuencias de la conducta realizada o por realizar, B.F. Skinner quien fuera su principal exponente señala que si una persona lleva a cabo una conducta, ésta conducta se puede seguir por un reforzador positivo o recompensa o por un castigo, en el primer caso la conducta aumentará en el segundo disminuirá o inclusive podrá extinguirse. Para el condicionamiento operante hay reforzadores primarios que son fuertemente asociados con la probabilidad de la repetición de la conducta, la comida es uno, el sexo es otro.

Por ejemplo:

Si una mujer experimenta dolor repetidamente cuando tiene relaciones sexuales (tal vez a causa de una infección vaginal), es probable que quiera tener sexo con poca o ninguna frecuencia. En términos del condicionamiento operante, el coito se ha asociado en repetidas ocasiones con un castigo (dolor), de modo que la conducta se vuelve menos frecuente. (p. 32).

El condicionamiento operante también nos puede explicar la conducta sexual por la inmediatez del reforzado en la conducta, a modo de ejemplificar,

Consideremos a un joven varón que ha tenido gonorrea en tres ocasiones pero que continúa teniendo relaciones sexuales desprotegidas. En definitiva, el dolor que se asocia con la gonorrea es un castigo, así que ¿por qué persiste en tener sexo sin un condón? El principio de la demora sugiere la siguiente explicación. Cada vez que participa en el coito, lo encuentra enormemente recompensante; esta recompensa inmediata mantiene la conducta; el castigo, la gonorrea, no ocurre sino varios días después y, por tanto, no es efectiva para eliminar la conducta (p. 32).

Y finalmente, un tercer principio establece que los castigos no son muy efectivos en el moldeamiento de las conductas. Si la persona casada sabe que la religión y las normas culturales le “imponen” el concepto de la fidelidad, la persona aún así a sabiendas va a realizarlo de forma oculta para evitar el castigo que se le impone por tal conducta.

2.3. Aprendizaje social: Albert Bandura es su principal exponente y menciona que la participación del medio ambiente es importante en consonancia con el condicionamiento operante, donde dos factores son cruciales: la imitación y la identificación.

En cuanto a la imitación lo vemos en los niños que ven en sus padres el ejemplo a seguir, lo que ven acerca de la sexualidad, de las diferencias entre ser hombre y mujer, en la forma de tratar a las mujeres, de conducirse en sociedad, así lo imitarán.

Una vez que aprendieron a realizar una conducta, la probabilidad de que lo hagan dependerá de sus consecuencias.

Un joven puede identificarse con un actor famoso de la televisión en donde el personaje es un galán que cautiva y conquista a las mujeres, entonces el joven busca imitar las conductas con esa persona con la que se identificó anteriormente.

3. Teoría del intercambio social: esta teoría utiliza el concepto del reforzamiento para explicar la estabilidad y el cambio en las relaciones de las personas. Señala a su vez, que las personas tienen la libertad de elección y que frecuentemente se enfrentan a decisiones, donde habrá recompensas o costos, según sea el caso. Es muy interesante como la teoría dice que el ser humano por naturaleza quiere maximizar su placer y recompensas (hedonista) y minimizar los costos.

En relación con la conducta sexual, existe mayor probabilidad de que una persona permanezca en una relación cuando su pareja es atractiva (física o personalmente), cuando la relación no implica llevar a cabo algunos costos excesivos, como lo sería el compromiso

monetario, las promesas rotas o las discusiones, por decir algunos y cuando no hay relaciones románticas disponibles con otros. En este mismo sentido, es más probable que la persona se quede dentro de la relación cuando sus recompensas son elevadas, como tiene lo que necesita, se siente bien, ríe, juega, tiene sexo satisfactorio, comprensión, estabilidad, entre otros, en tanto que los costos son bajos.

Dicha teoría predice las condiciones bajo las cuales las personas intentan cambiar sus relaciones.

Un concepto que destacar es el de equidad, hay equidad cuando los participantes dentro de una relación creen que las recompensas que reciben de la misma son proporcionales a los costos que tienen que sufragar. Si un participante cree que la asignación de recompensas y costos no es equitativa, entonces la relación es inestable. Las personas experimentan desagrado por la inequidad y es posible que se sientan engañadas o enojadas, una persona casada que experimente inequidad puede, como resultado, serle infiel a su cónyuge. Esta perspectiva conduce a la hipótesis de equiparación, que predice que los varones y las mujeres escogerán a una pareja que se equipare a ellos en cuanto a sus características físicas y sociales.

Las personas que concuerden se proporcionarán recompensas similares en dimensiones tales como atractivo, nivel social y riqueza. Ya señalamos con anterioridad que los sociobiólogos predicen que escogeremos parejas atractivas: de ser cierto, los varones lucharían por la mujer más atractiva del área y las mujeres poco atractivas no tendrían pareja. De hecho, las personas en todo nivel de atractivo encuentran parejas, lo cual refleja la operación de la equiparación.

4. **Teoría cognitiva:** finalmente una de las teorías psicológicas de mas reciente data es la teoría cognitiva, la cual da un especial énfasis en las cogniciones o pensamientos del sujeto, los psicólogos cognitivos creen que es importantísimo estudiar los pensamientos de las personas, como ellos perciben y piensan.



Lo que pensamos influye sobre lo que sentimos, si una persona tiene pensamientos felices y positivos, se sentirá mejor que si tiene ideas negativas. La psicología cognitiva cree que la aflicción psicológica es el resultado en muchas ocasiones de pensamientos desagradables, que generalmente no son acordes a la realidad y que incluyen ideas falsas, distorsiones, exageración de problemas y evaluaciones irrazonablemente negativas de sucesos.

El psicólogo cognitivo piensa que la manera en que percibimos y evaluamos un suceso sexual hace toda la diferencia del mundo, a modo de ejemplificar: supongamos que un varón que está participando en una actividad sexual no tiene una erección. Empezando por ese suceso básico, es posible que sus pensamientos lo lleven en una de dos direcciones. En la primera, piensa que es bastante común que los hombres en su grupo de edad (cincuentas) no tengan una erección cada vez que tienen relaciones sexuales; esto ya le ha pasado en algunas otras ocasiones, una vez cada dos o tres meses, y no es nada de qué preocuparse. En dado caso, el sexo oral fue divertido y su pareja tuvo un orgasmo por ello así que, dentro de todo, fue un encuentro bastante agradable. En la segunda posibilidad, comenzó la actividad pensando que debía tener una erección, que tenía que establecer el coito y que tenía que tener un orgasmo. Cuando no tuvo la erección, mentalmente lo etiquetó como impotencia e imaginó que nunca más tendría una erección. Pensó que todo el episodio había sido un desastre frustrante porque no había tenido un orgasmo. En todo caso, nuestra percepción, etiquetaje y evaluación de los eventos es crucial. En el primer caso, el hombre percibió un pequeño problema, lo etiquetó como un problema eréctil temporal y evaluó su experiencia sexual como bastante buena. En el otro caso, el hombre percibió un problema serio, lo etiquetó como impotencia y evaluó la experiencia como horrible.



Análisis crítico en sexualidad humana

Fight
SOXISM!

En la búsqueda de maximizar las capacidades cognoscitivas, racionales, intelectuales, críticas y de análisis de los estudiantes se procura un aprendizaje mediante el análisis crítico y reflexión de las realidades alrededor de la sexualidad humana.

Como se ha señalado hasta el momento, la palabra “sexualidad” refiere un término hasta cierto punto reproductivo, reflexionando sobre esto, encontramos que la sexualidad es mucho más complejo que esto, además que lo más importante es como nos sentimos frente a nuestra sexualidad, lo que parece ser más difícil tanto de reconocer conscientemente como de revelar a otros, haciendo que desde un punto de vista psicológico la sexualidad sea tal vez uno de los aspectos de nuestra vida donde podemos experimentar un mayor sentimiento de soledad.

De acuerdo con Almagia (2002) la mayoría de las personas aprenden sobre su sexualidad mediante su propia experiencia por ensayo y error, sin poder compararlas con las experiencias y reacciones emocionales de otras personas, por este motivo, muchas personas guardan recelo acerca de algunos secretos que nadie se imagina, creyendo que sus experiencias son únicas y muy diferentes a la mayoría.

La sexualidad es subjetiva en este sentido e implica diversos factores determinantes, diferenciales y expresiones emocionales propias del individuo. La psicología, en especial la psicología social da por hecho que el comportamiento sexual se relaciona con muchos elementos de naturaleza psicosocial, entre ellos actitudes, creencias, atribuciones, socialización, roles y normas sociales, estereotipos, procesos de aprendizaje social, habilidades sociales, comunicación interpersonal, atracción y amor, poder y control entre otras más.

La sólida formación del estudiante de psicología en los procesos de la conducta humana permite abarcar adecuadamente la interrelación de los diversos aspectos cognitivos, motivacionales, emocionales, interpersonales y sociales en la conducta sexual humana.

La psicología junto con otras disciplinas sociales posee las herramientas conceptuales y metodológicas requeridas para una adecuada comprensión y explicación científica de las expresiones sexuales humanas.

Desde un punto de vista sociológico la sexualidad humana es moldeada o construida por la sociedad y la cultura, las influencias sociales sobre la sexualidad humana pueden ser analizadas desde cuatro niveles:

- a. **El nivel macro o de la sociedad como un todo:** en la sexualidad humana intervienen instituciones como la iglesia, la economía, el sistema legal, la medicina, entre otros, quienes a su vez determinan algunos valores o *ideología sexual* y aspectos sociales que se manifiestan en algún grado de control como los estigmas, estereotipos, castigos, entre otros.
- b. **El nivel subcultural:** el hecho de que una persona pertenezca a algún estrato social como la raza, la clase social, religión o género de algún modo es representativo en la influencia de estándares, normas y patrones sexuales de las personas.
- c. **El nivel interpersonal:** la cercana interacción de los hijos con los padres, la influencia de la pareja en un adulto influye en los valores y conducta sexual mediante el proceso de socialización y las oportunidades que proporcionen para las expresiones sexuales

d. **El nivel individual:** desde la propia orientación o preferencia sexual de la persona y los esquemas que haya construido la persona o guía sexual que tenga en su repertorio memorístico.

Las actitudes ante la sexualidad:

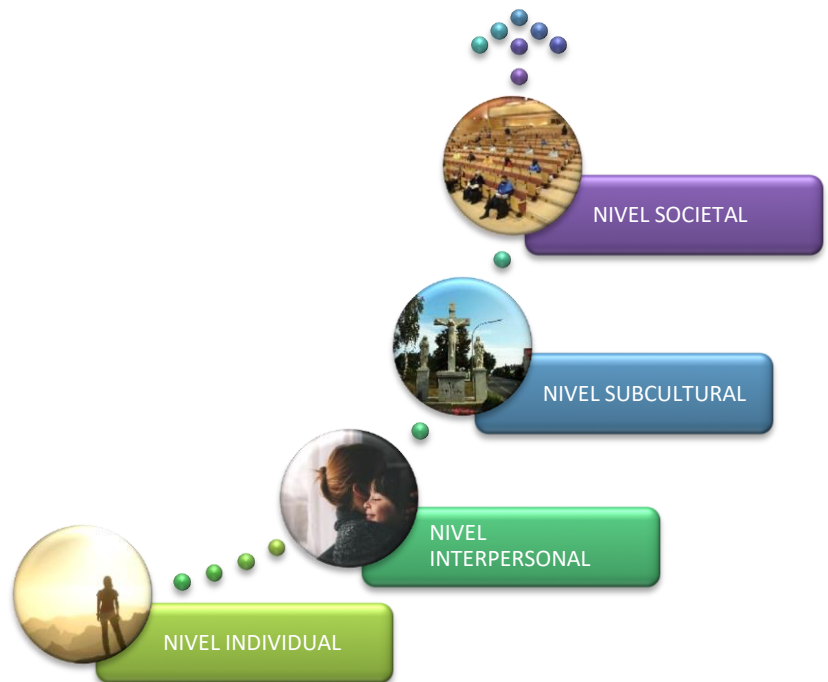
Tomando en consideración este análisis crítico en sexualidad humana, consideramos oportuno entrelazarlo con las actitudes de las personas frente a la sexualidad.

En este sentido, Zapiain (2014) señala que una actitud es una predisposición hacia el comportamiento sea positiva o negativa, la cual se forma a partir de los factores cognitivos, afectivos y comportamentales.

La actitud puede ser analizada desde la teoría de los sistemas, el cual indica que “cuando un elemento nuevo se introduce en el sistema, todo el sistema cambia” (Zapiain, 2014, p. 39).

El cambio de actitudes no es fácil, hay sistemas abiertos y sistemas cerrados, por ejemplo: un hombre que se haya preocupado por las relaciones personales y sociales, que sea

Figura 5.
Fuente propia



sensible a las cuestiones relacionadas con la igualdad entre mujeres y hombres, que haya estudiado el tema y tenga incluso razones para defenderla hasta el punto en que él pueda considerarse a sí mismo como ideológicamente «feminista», puede verse traicionado por un comportamiento claramente machista en situaciones concretas. Otro ejemplo, una persona podría considerarse abierta y progresista respecto a la sexualidad, preocupada por el tema, podría estar muy documentada sobre cuestiones sexuales; sin embargo, de una manera un tanto incomprensible para él o ella, podría tener importantes sentimientos negativos respecto a vivencias sexuales como la masturbación, la expresión de sus deseos eróticos, etc., cuando parecía que intelectualmente las cosas estaban claras.

De esta forma, los contenidos cognitivos ayudan, pero no son suficiente para el cambio de actitudes, solamente a través de confrontaciones con un alto contenido emocional e intenso pueden provocar cambios importantes en la actitud.

La actitud hacia la sexualidad es una disposición que puede ser positiva o negativa, toda persona puede en algún momento estar en una posición positiva hacia algunos temas, en tanto que negativa ante otros.

La actitud positiva se caracteriza por la comprensión de que la dimensión sexual de las personas es una fuente de riqueza que debe ser vivida en plenitud. Las personas que se sitúan en este lado del continuo poseen ideas positivas hacia lo erótico, se comprometen personalmente en el cultivo de la sexualidad, surgen de ellas emociones positivas, son abiertas y respetuosas hacia las opciones sexuales de los demás, no tienen dificultades para verbalizar cuestiones relacionadas con el sexo y consideran que la educación sexual es necesaria. En cambio, que las personas que tienen una actitud negativa hacia la sexualidad tienden a pensar que todo lo relacionado con el sexo es peligroso, puede ser perjudicial, puede provocar dolor y sufrimiento, surgen de ellas emociones negativas como sentimientos de culpa exagerados, miedo, vergüenza, tienden pese a que la educación sexual es una cuestión «muy delicada» cuya responsabilidad está en los padres, generalmente se declaran incompetentes en esta materia y delegan en los expertos.

En tanto, que los profesionales que tienen una marcada actitud negativa hacia la sexualidad sean estos psicólogos, sanitarios, educadores, profesionales de la justicia, desenfocan cuestiones relacionadas con la sexualidad, engrandeciéndolas injustificadamente, criminalizándolas, descontextualizándolas, estigmatizándolas, tendiendo a sacar conclusiones erróneas. La actitud hacia la sexualidad no es cuestión baladí. En el terreno de lo profesional es muy importante caer en la cuenta de que la disposición hacia la sexualidad media en la intervención psicológica y educativa. Por lo tanto, toda persona que desee trabajar en este ámbito tiene que revisar sus propias actitudes puesto que ellas intervendrán, sin duda, en el proceso de la intervención.

La educación de la sexualidad humana

En el ámbito de la educación sexual también la actitud negativa hacia la sexualidad puede crear algunas interferencias, es obvio que la educación sexual no puede resolverse como una cuestión de preguntas y respuestas. La transmisión de actitudes positivas es tan importante o más que la transmisión de conocimientos.

De Educación Sexual (2008) señala que el sistema educativo debe jugar un papel importante que posibilite la reflexión crítica sobre la sexualidad, por lo tanto, niños, jóvenes y adultos deberán recibir “respecto a ella información fundada en bases científicas y éticas, vinculada a sus estadios de desarrollo y a sus contextos de vida y que responda a sus necesidades educativas e intereses personales y sociales” (p.16).

Una de las interrogantes que casi todos nos hacemos en algún momento con respecto a la sexualidad se refieren al rol del amor, la intimidad y el compromiso emocional en las relaciones sexuales de individuos. ¿Son estos prerrequisitos esenciales para las expresiones sexuales, sin los cuales la experiencia carece de significado y produce una sensación de vacío?

En cuanto a los adolescentes, que preocupen bastante, ya que ellos están construyendo sus teorías sobre el sexo, algunos con ayudas de su familia, otros sin ellos, deberá existir un plan

de enseñanza por medio de agentes educadores, destacándose en primer lugar la familia. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) la salud sexual es un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad. Requiere un enfoque positivo y respetuoso de la sexualidad y de las relaciones sexuales, así como la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras, libres de toda coacción, discriminación y violencia.

La educación sexual integral (ESI) es un proceso que cuenta con un plan de estudios para dar a conocer los aspectos cognitivos, emocionales, físicos y sociales de la sexualidad. Su finalidad es dotar a los niños y los adolescentes de conocimientos, aptitudes, actitudes y valores que les permitan disfrutar de salud, bienestar y dignidad, establecer relaciones sociales y sexuales respetuosas, ser conscientes de la manera en que sus elecciones afectan a su propio bienestar y al de otras personas, y conocer sus derechos y velar por su protección durante toda su vida.

Conceptos fundamentales para tomar en cuenta

Es preciso que la educación sexual figure en la política nacional de un país, la idea equivocada es creer que la educación sexual hace que los adolescentes tengan relaciones sexuales a edades más tempranas o que sigan conductas sexuales de riesgo, esto está ampliamente generalizado. Por su parte, los estudios serios en este asunto revelan que la educación sexual no incrementa la actividad sexual, las conductas de riesgo ni las tasas de VIH u otras enfermedades de transmisión sexual.

En primer lugar, se debe visualizar la sexualidad humana como una oportunidad y no una debilidad, la complejidad de la sexualidad humana en su totalidad es bio-psico-social.

Ejemplo de esta arbitrariedad y disconformidad con respecto a la educación sexual se ha dado en Costa Rica, a partir de que los padres de familia realizaron protestas contra los programas de educación sexual que según los padres “promueven la llamada ideología de género”. En Costa Rica se crearon programas del Ministerio de Educación Pública (MEP) de Afectividad y Sexualidad que reciben niños y adolescentes de todas las escuelas y colegios del país.

Pero la opinión pública pensaba diferente a la enseñanza, a pesar del aumento de

embarazos no deseados en adolescentes, violaciones, femicidios, entre otros casos que constantemente se escuchan en los medios informativos del país.

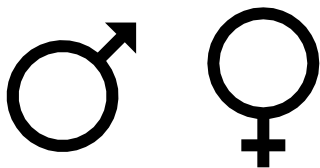
Entre las cuestiones que se deben educar con respecto a la sexualidad, es definir claramente sin tabúes conceptos, que hasta el momento ha quedado en las manos de las masas y hasta cierto punto distorsionadas de la realidad, veamos.

¿Qué entendemos por sexo?

De acuerdo con Gonzales (2013) el sexo se refiere “al conjunto de características genéticas, biológicas y fisiológicas que definen el aspecto de los seres humanos como mujeres o como hombres. Se nos adjudica de acuerdo con la morfología de nuestros genitales, que será además, nuestro sexo legal”(p. 9).

Siendo el sexo una condición natural con la que se nace.

¿Qué se entiende por género?



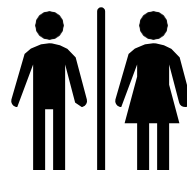
Son los roles, atributos y sociedad y cultura asigna acuerdo con sus que debe ser un hombre y de valores, actitudes,

Educación para la sexualidad: proceso perpetuo de adquirir información sobre la conducta sexual y la formación de actitudes, creencias y valores acerca de la identidad, relaciones e intimidad.

expectativas que cada a hombres y mujeres de concepciones sobre lo una mujer. Es la totalidad comportamientos

basados en el sexo; también refleja las relaciones de poder entre hombre y mujer, en la relación de pareja, en la familia, en el ámbito laboral, en el jurídico; y en todas las actividades del que hacer cotidiano en las que interactúan los hombres y las mujeres. El concepto género

es una construcción simbólica y características asignadas a las características biológicas, físicas,



contiene el conjunto de personas a partir del sexo. Se trata de sociales, psicológicas, eróticas,

jurídicas, políticas y culturales. Ello diferencia a los seres humanos en masculinos y femeninos. De aquí se desprende las interacciones que tienen las mujeres y los hombres en sus maneras de pensar, en sus roles en la sociedad, en sus expectativas y en el contexto sociocultural donde ellas y ellos conviven. En muchos momentos, el género implica para los seres humanos su quehacer en el mundo, su intelectualidad, su participación social, manifestación de afectividad, lenguajes verbales y no verbales; concepciones de la vida, valores, sueños, deseos, todos desde la subjetividad; y se centra en condiciones ideales, en la libertad de ser, la igualdad y la equidad.

¿Qué son problemas sexuales?

No debe haber ninguna vergüenza ni inhibición en cuanto a los problemas sexuales, la mayoría de personas les apena hablar de esto, al respecto Rubio (2014) señala que Los problemas sexuales son aquellos de índole sexual que necesitan la intervención del profesional de la salud, el cual pueden originarse en cada uno de los componentes de la sexualidad: el sexo, las identidades y papeles de género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción. Agreguemos las condiciones del medio ambiente o crónicas de salud que pueden afectar el bienestar sexual de las personas, como la violencia sexual o la infección de virus, bacterias y parásitos. Muchos de estos problemas afectan todos los componentes de la sexualidad, el bienestar general del individuo, su pareja y en no pocas ocasiones el bienestar familiar y comunitario.

Podríamos seguir realizando preguntas y respuestas con respecto a la sexualidad, el tema es inagotable, lo que en verdad importa es que el derecho a la educación sexual es de todos, es muy importante contar con los materiales y herramientas necesarias para establecer una educación sexual óptima en las diferentes instituciones, se requiere en gran manera profesionales con conocimientos suficientes y no solo ellos, como hemos hablado anteriormente, con la actitud adecuada para esta tarea.

La educación sexual también tiene una base equiparable a esto, porque no es solo cuestión de hablar una vez en una materia sobre la existencia de los anticonceptivos, sino del proceso que implica aprender a usarlos, negociar su uso con la pareja, tener claridad si elegir tener las relaciones sexuales o no, hacer un proyecto de vida respecto a las relaciones sexuales y el maternaje y el paternaje. Es decir, la educación de la sexualidad es constante y abarca

más aspectos de la vida, es por ello que la propuesta de la educación sexual no solo es para hablarlo en un grado del nivel secundaria, sino para incluirlo en las materias en todos los niveles académicos. También recordemos que la educación de la sexualidad no es solo responsabilidad del Estado, sino del conjunto: programas educativos padres y madres- maestras(as)- sector salud.

Entre los temas que abarca una correcta educación sexual están:

1. Situación epidemiológica de la infección VIH/Sida y cualquier otra enfermedad de transmisión sexual
2. Embarazo no deseado
3. Afectividad masculina
4. Tolerancia a las ideologías sexuales
5. Homosexualidad
6. Disfunciones sexuales
7. Sexo responsable
8. Atracción, intimidad y amor
9. Aborto
10. Anatomía sexual

Temas que el estudiante de psicología deberá conocer, ya que su participación es directa como agente de cambio, colaborando en la correcta educación sexual.



Figura 6

Fuente: <https://pixabay.com/es/photos/manos-embarazada-mujer-coraz%C3%B3n-2568594/>

Para Shibley y Delamater (2006) las metas de la educación sexual deberían ser:

1. Información: La educación sexual debe proporcionar la información necesaria y precisa sobre sexualidad humana diferenciando la edad de la persona que recibe esta educación, incluyendo: crecimiento y desarrollo, reproducción humana, anatomía, fisiología, masturbación, vida familiar, embarazo, parto, parentalidad, respuesta sexual, orientación sexual, anticoncepción, aborto, abuso sexual, VIH/SIDA y otras infecciones de transmisión sexual.

2. Actitudes, valores y discernimientos: es importante escuchar, por lo tanto, se debe abrir los espacios para que los jóvenes puedan cuestionar, explorar y evaluar sus actitudes sexuales a fin de comprender sus valores familiares, desarrollar sus propios valores,

aumentar su autoestima, desarrollar discernimientos acerca de las relaciones con familias y miembros de ambos géneros, y comprender sus obligaciones y responsabilidades hacia sus familias y otras personas.

3. Relaciones y habilidades interpersonales: Para ayudar a los jóvenes a desarrollar habilidades interpersonales, incluyendo comunicación, toma de decisiones, asertividad y habilidades para negarse a la presión de sus compañeros, al igual que la capacidad para crear relaciones satisfactorias. Los programas de educación para la sexualidad deberían preparar a los estudiantes para comprender su sexualidad de manera efectiva y creativa en los roles adultos. Esto incluiría ayudar a las personas jóvenes a desarrollar la capacidad de relaciones sexuales e íntimas cuidadosas, de apoyo, sin coacciones y mutuamente placenteras.

4. Responsabilidad: Para ayudar a los jóvenes a ejercer la responsabilidad en cuanto a las relaciones sexuales, incluyendo encarar la abstinencia, cómo resistirse a las presiones para involucrarse de manera prematura en el coito y alentar el uso de anticonceptivos y otras medidas sanitarias sexuales. La educación para la sexualidad debería ser un componente central de los programas diseñados para reducir la frecuencia de los problemas médicos relacionados con la sexualidad; estos incluyen embarazos en la adolescencia, infecciones de transmisión sexual, incluyendo infección por VIH, y abuso sexual.

Conclusiones y Recomendaciones

El tema de la sexualidad como se ha visto en un tema complejo, que requiere de una actitud y conocimiento necesario, el estudiante de psicología como agente social deberá construir su aprendizaje con la capacidad de análisis y crítica para tener una amplitud mayor en temas de sexualidad.

El ser humano es totalmente sexual, el hablar de sexualidad no crea una “epidemia”, más

bien, según los expertos, el problema es la desinformación.

En tanto que la sexualidad es un concepto integral de salud pública, que debe interesar a todos, asumiendo la posición bio-psico-social en que se encuentra.

Recomendamos la película “Gestación” dirigida por Esteban Ramírez, la cual nos presenta de forma dramatizada una de las tantas realidades en Costa Rica con respecto al machismo, la cultura, el embarazo, el aborto y sobre todo la afectividad sexual.

Gestación está interpretada por Adriana Álvarez, Édgar Román y Natalia Arias. “Jessie (Adriana) es una joven inteligente de un barrio y familia humilde que estudia becada en un colegio tradicional católico. Teo es un adolescente inmaduro, hijo único, que proviene de una familia de clase media alta. Ambos se enamoran después de un encuentro algo particular, pero la llegada de un bebé pondrá a prueba su amor”



Figura 7

Fuente: redcultura.com

Bibliografía

Almagia, E. (2002). *Psicología de la sexualidad*. Ed. Universidad de Concepción.

de Educación Sexual, A. C. P. (2008). Educación sexual: su incorporación al sistema educativo. In *Educación sexual: su incorporación al sistema educativo* (pp. 523-523).

Gonzales, H. (2013). Manual para la formación docente en educación integral de la sexualidad humana.

Rathus, S., Nevid, J., Fichner-Rathus, S L., & Ortega, R. (2005). *Sexualidad humana*. Pearson Educación.

Rubio, E. (2014). *Lo que todo clínico debe saber de sexología*. Ed. Edición y Farmacia SA de CV.

Sibley, J., Deal amater, J. (2006) *Sexualidad humana*. Ciudad de México: McGraw-Hill.

Zapiain, J. (2014). *Psicología de la sexualidad*. Alianza Editorial.