

Nuestro centro educativo participa en el programa para la educación afectivo-sexual **Ni ogros ni princesas**, promovido por las Consejerías de Educación y Salud, el Instituto Asturiano de la Mujer y el Conseyu de la Mocedá del Principáu d'Asturies. Este programa tiene como objetivo

proporcionar a las y los adolescentes una formación basada en la salud y el placer, el fomento de la autoestima y la autonomía personal, la igualdad de mujeres y hombres, el respeto a la diversidad sexual, y la libertad de elección desde el conocimiento.

Enamoramiento

La sexualidad en la adolescencia se manifiesta también en forma de **enamoramiento**. Se podría definir como la situación en que una persona siente gran atracción física y psicológica por otra, lo que le hace pensar siempre en ella y querer pasar con ella el mayor tiempo posible. Posteriormente, al conocer más a esa persona, al saber cómo actúa, cómo piensa, cómo se comporta con su pareja y con otras personas, este primer enamoramiento puede dar lugar a una relación más estable y duradera... o no. El enamoramiento despierta importantes expectativas en cuanto a deseo de compartir afectos y sexo con otra persona. En esta etapa, como en otras, es una cuestión seria y no se le debe restar importancia o tomar a broma, pues sería despreciar la manera de sentir de esa persona. Caso distinto es que, siempre desde la seriedad, intentemos desdramatizar y paliar situaciones dolorosas, que se viven con mucha intensidad en estas edades, aunque también en otras.

Todavía hoy en día, en las relaciones de enamoramiento, en ocasiones, las chicas suelen ser más dependientes que los chicos. Esto tiene que ver con los **mitos del amor romántico**, que convierte a las mujeres en personas sufridoras, cargadas de emociones y sentimientos, que se sacrifican para salvar el amor; mien-

tras, los chicos no pueden expresar sus emociones, pues en el estereotipo social está marcado como debilidad, ya que la fortaleza que tienen que mostrar les impide hablar de sus sentimientos.

Hay que tener en cuenta, además, que a veces, este enamoramiento ocurre en **adolescentes del mismo sexo**, lo que puede añadir angustia a cómo se vive esta situación, por miedo al rechazo, no solo de la persona que se desea, sino también de las amistades, la familia... En esta situación, el respeto, el apoyo y el ánimo es fundamental para que estas chicas o estos chicos se sientan bien y puedan disfrutar de sus sentimientos de forma libre. Cuando se trata de **parejas heterosexuales**, tiene que quedar claro que las relaciones se construyen de forma compartida, con respeto, cuidados y buenos tratos: ellas tienen que buscar su parcela de independencia, quererse y valorarse, decir no cuando no deseen hacer algo, expresar sus deseos y necesidades...; ellos también tienen

derecho a expresar sus sentimientos y a ser escuchados, a cuidar y ocuparse de las demás personas, a mostrar sus afectos...

La tarea de la **familia** es esencial para transmitir que se comprenden y respetan las situaciones de enamoramiento, con los matices que tienen que ver con la edad, con el momento de cada joven, con su autonomía... para ir hacia un nuevo modelo amoroso basado en la igualdad, el respeto, los cuidados y los buenos tratos.

ACTIVIDAD

Cómic

Se propone **comentar** las siguientes viñetas en familia.



(Esta actividad está inspirada en una actividad similar que se hace con el alumnado en el programa **Ni ogros ni princesas**).

La **educación afectivo-sexual** no es una tarea fácil, pero es un reto en el que la **familia** no está sola.

El **centro educativo** te acompaña y en los próximos meses se organizarán actividades para alumnado y también para familias. Próximamente recibirás más información.