



Confederazione Mondiale Mornese Exallieve ed Exallievi delle Figlie di Maria Ausiliatrice

Via Gregorio VII, 133 int.4/sc.B 00165 Roma

Tel. 06/39.37.51.31 C.F. 97070250580 www.exallievefma.org

La educación de la afectividad y la sexualidad de los jóvenes en contextos de complejidad y fluidez

Pina Del Core, FMA

3. Cuestiones educativas y pastorales

Para que la educación *afectiva* y *sexual* sea eficaz y esté bien diseñada, es imprescindible colocarlas en el marco de una *educación integral*, que interpele todas las dimensiones de la persona, desde la corporalidad hasta el sentimiento y el mundo emocional, desde la sexualidad hasta la identidad psicosexual, desde el conocimiento hasta las motivaciones y valores, desde la perspectiva temporal hasta la proyectación, de elecciones a decisiones, etc. La maduración afectiva, en efecto, no puede distinguirse ni separarse de los procesos de maduración global, que conciernen a todas las demás esferas de la personalidad, desde la autonomía a la inteligencia, pasando por la voluntad.

Para poder combinar las dimensiones del afecto y la sexualidad en las relaciones y vínculos afectivos o de amistad o en la relación entre parejas, la persona humana debe poseer *habilidades relacionales y emocionales* más generales, como la capacidad de identificar y evaluar las consecuencias de la propia conducta, la capacidad de tomar decisiones y elecciones, la capacidad de negociar en intercambios interpersonales, la capacidad de autodeterminación y autocontrol emocional, la capacidad de tomar las distancias adecuadas y de crear vínculos afectivos suficientemente libres y satisfactorios.

En el camino del crecimiento personal hacia la construcción de una identidad de vida libremente elegida, la maduración y la integración afectiva ocupan un lugar central. Toda opción de vida encuentra su solidez y, al mismo tiempo, su plena realización sobre la base de una personalidad suficientemente autónoma, que ha construido un concepto de sí mismo suficientemente armonioso y unitario, capaz de constituir el núcleo central de la identidad personal, cultural y vocacional. En este sentido, es legítimo preguntarse si puede ser auténtica una educación que descuida el autoconocimiento, la autoestima, la empatía y la relacionalidad que se correlaciona con la solidaridad.

Aprender a estar en *contacto con el propio mundo emocional* y con él saber interactuar con la realidad en determinadas situaciones de la vida es un objetivo de salud mental que sostiene a hombres y mujeres a lo largo de su vida. La falta de educación de los afectos impide un correcto crecimiento y fija en los objetos inadecuados o erróneos una cantidad de energías que deberían encontrar, sobre todo en los adultos, objetos más específicos, más "humanos". Si, a nivel educativo, se prestara más atención a *la educación del corazón* y a la capacidad de permanecer en contacto con las propias emociones, se podrían prevenir muchas dificultades y crisis y las personas estarían más disponibles y abiertas a salir al encuentro de los demás, tanto en las relaciones cotidianas como en la misión educativa y pastoral. Las consecuencias de esta falta de educación afectiva se visualizan a menudo en la vida familiar o en las interacciones sociales: niños que no aprenden a leer su propio código emocional y permanecen "obsesionados" con las necesidades de la infancia, adolescentes que leen la realidad según un *código emocional* interiorizado en la relación arcaica con su madre, mujeres que se sienten insatisfechas porque no siempre pueden expresarse de manera adulta, y hombres que se endurecen en un intento de probarse a sí mismos "racionales" en cualquier situación, incapaces de expresar su mundo interior o cualquier emoción, ya sea positiva o negativa, en las relaciones con los demás, especialmente con aquellos con los que han establecido un vínculo emocional.

La educación del "corazón" encuentra su eficacia inequívoca en la *centralidad* de la relación, en particular en la *relación educativa*, que se implementa tanto en el acompañamiento personal como en el grupal: la puesta en marcha de dinamismos afectivos a través de las relaciones interpersonales

permite un conocimiento más realista de sí mismo y del propio mundo emocional (conocer "dentro" de la experiencia).

La capacidad de experimentar *afecto*, de expresar la propia *afectividad*, a través de la emocionalidad armoniosa, es indispensable para la formación de una personalidad sana. Por esta razón, la maduración afectiva concierne al sujeto en su conjunto y no sólo a sus aspectos somáticos o a las funciones propias de la esfera sexual.

La afectividad y la sexualidad son dimensiones de la persona, que sin embargo es siempre una realidad unitaria: deben combinarse con la inteligencia, la corporeidad, la voluntad y el propio sistema de valores. En este sentido, una afectividad y una sexualidad mal integradas o perturbadas siempre conducirán a alguna perturbación en otras esferas de la personalidad.

Educación afectiva: ¿cómo entenderla?

En primer lugar, me gustaría aclarar que la afectividad y la sexualidad, desde un punto de vista estrictamente psicológico, se presentan como *procesos de desarrollo*, como realidades particularmente complejas, ambas ligadas a la identidad personal y a la historia psicológica de cada uno. Marcan profundamente a la persona en todos los niveles, empezando por el nivel corporal; Se trata, por tanto, de dimensiones omnipresentes de la vida y de la identidad, hasta el punto de impregnar todas las expresiones de la existencia humana, desde el trabajo hasta las relaciones, pasando por las opciones de vida, el amor y la religiosidad. Los estudios y la experiencia clínica muestran que no es fácil distinguir el desarrollo psicoafectivo del desarrollo psicosexual. Estos procesos, que no son paralelos, a veces interfieren entre sí y con otras dimensiones o aspectos de la personalidad, como la agresividad, la relacionalidad y la corporalidad, las motivaciones y los valores, la fuerza y expansión del ego, etc.

Al fin y al cabo, la sexualidad en sí misma no concierne sólo al nivel biológico, sino también a las motivaciones, los valores y la capacidad de perseguir objetivos de carácter antropológico, social y religioso. La experiencia demuestra que cuando hay una división entre estos aspectos, todos ellos importantes y esenciales para vivir la sexualidad de manera armoniosa, se llega a formas de inmadurez y regresión que fijan a la persona a etapas primordiales del desarrollo.

La afectividad, en particular, abarca todo el mundo de las emociones y los sentimientos y permite a la persona participar en los acontecimientos, establecer vínculos afectivos, de amistad, de fraternidad y de pareja, y no está separada de la sexualidad que, aunque estrechamente ligada a la esfera biológica sin reducirse a una cuestión genital, se presenta como un sistema complejo en el que, Además de la dimensión energética e instintiva, existe la dimensión ideal y significativa que la hace profundamente "relacional" y, por lo tanto, "humana". Ambas son estructuralmente "relacionales", porque empujan a la persona fuera de sí misma, al encuentro con el otro, en la superación del individualismo o del aislamiento narcisista. *La afectividad* y la sexualidad, por tanto, son dos realidades complejas y ambivalentes, con caminos diferenciados pero interdependientes que interactúan continuamente con otras dimensiones de la personalidad (tales como: corporeidad, agresividad, relacionalidad, motivaciones y valores, religiosidad, fuerza y expansión del yo, ...)

La maduración afectiva, por tanto, debe considerarse siempre en el contexto global de una *madurez humana entendida dinámicamente*: la opción por el matrimonio, el celibato consagrado o cualquier otra opción requiere ciertas condiciones de equilibrio y unidad de la propia vida, y presupone también el desarrollo de una cierta autonomía y de una clara planificación personal.

Los caminos de maduración de la afectividad y la sexualidad se entrelazan con todos los caminos de maduración que simultáneamente tienen lugar en el desarrollo global de la persona. Se trata de lograr progresivamente una cierta *unificación de uno mismo* como núcleo central de la identidad de la que forman parte las áreas individuales de maduración. De ello se deduce que, frente a opciones de vida

diversificadas que requerirían diferentes niveles de maduración, se requieren ciertas condiciones de *equilibrio* y *unidad* de la propia vida, como una cierta *autonomía* y una *planificación* clara, ya sea para la elección del matrimonio, la paternidad, el celibato consagrado o cualquier otra opción de vida¹.

En conclusión: madurar en la capacidad de amar

Es importante recordar uno de los conceptos clave de todo itinerario de educación afectiva y que necesita superar la ambigüedad a la que a menudo está sometido en la cultura contemporánea. Me refiero al término *amor*, que -como subrayó Benedicto XVI en su Carta Encíclica *Deus caritas est* (DCE)- tiene una multiplicidad de significados que a veces indican realidades totalmente diferentes. Madurar en la capacidad de amar implica tener en cuenta las tres dimensiones fundamentales o *factores constitutivos del amor auténtico: intimidad, pasión, compromiso*.

La intimidad, un factor complejo, típico de las relaciones amorosas, incluye el sentimiento de vinculación, derivado de una experiencia positiva de aceptación y reconocimiento por parte del otro, a través de la escucha y el cuidado, el respeto y la estima.

La pasión expresa el componente más emocional derivado de la atracción, no solo física, que encuentra su origen inmediato en la dimensión erótica de la sexualidad, donde el aspecto estético llevaría a la idealización y el aspecto instintivo es una fuente de energía apasionada, en sí misma embriagadora y vital, pero que puede caer en la exclusividad, la posesión y el puro placer descontrolado.

La decisión, enraizada en la pasión y apoyada en el vínculo de la intimidad, implica determinación, la elección de amar y continuar el vínculo a largo plazo. Es decir, requiere el compromiso de prolongar en el tiempo el vínculo, que se ha convertido en un 'vínculo' sentimental estrecho y continuo. Sin el componente de toma de decisiones, es decir, sin la elección del vínculo, la pasión y la intimidad (incluida la intimidad sexual) dominarán la relación, que en sí misma sigue siendo indeterminada y siempre busca algo o alguien más. No puede haber un verdadero descubrimiento del otro, ni el amor puede convertirse en cuidado del otro y para el otro sin una voluntad lúcida de tomar tal decisión en el proceso de toma de decisiones. De esta manera no puede haber estabilidad ni seguridad, porque se expone más fácilmente a la erosión del vínculo: la voluntad de la emoción puede extinguirse pronto o reavivarse si es necesario.

Por el contrario, el verdadero amor invoca la estabilidad y la seguridad: "El amor promete el infinito, la eternidad, una realidad más grande y totalmente diferente de la vida cotidiana de nuestra existencia. [...] La forma de hacerlo no es simplemente dejarse vencer por el instinto. Son necesarias la purificación y la maduración, que también pasan por el camino de la renuncia" (DCE 5). "Es parte del desarrollo del amor hacia niveles más altos, hacia sus purificaciones interiores, que ahora busca la definitividad, y esto en un doble sentido: en el sentido de exclusividad -'solo esta persona'- y en el sentido de 'para siempre'. El amor abarca la totalidad de la existencia en todas sus dimensiones, incluso en la del tiempo. No podía ser de otra manera, porque su promesa apunta a lo definitivo: el amor apunta a la eternidad" (DCE 6).

¹ Cf DEL CORE Pina *Educación afectiva*, en AA. VV. *Evangelizar educando, educar evangelizando. Emergencia Educativa*, Roma, Il Calamo 2010, 141-172.