

# **Trabajar la confianza (II): «Hablar con los hijos sobre la sexualidad humana»**

¿Cómo hablar con los hijos sobre la sexualidad? Segunda entrega (vídeo y guía) de la serie «Working on Trust» (Trabajar la confianza), que pretende ayudar a los padres en la educación de sus hijos.

19/04/2018

## **Guía para aprovechar el vídeo**

*Hablar con los hijos sobre la sexualidad humana.* En la cultura actual, los niños tienen desde muy pronto acceso a todo tipo de contenidos a través de los móviles y de internet. Cada vez interactúan más con otros niños cuyos valores y educación pueden ser distintos de los propios, y que pueden darles una visión sobre la sexualidad que difiere de la que queréis ofrecer a vuestros hijos.

Con este panorama, es necesario que los padres ayuden a sus hijos para que aprendan a tomar buenas elecciones. Y elegir bien conlleva ayudarles a estar bien informados y a ser capaces de discernir lo que es bueno para sus cuerpos y sus almas de lo que resulta dañino.

No existe una receta sobre el mejor modo de hablar con vuestros hijos sobre la sexualidad. Se trata, más

bien, de crear un nivel de confianza y naturalidad con ellos, sabiendo ajustarse a su edad y a lo que son capaces de entender, aprovechando la relación personal que tenéis con cada hijo.

Proponemos algunas preguntas que pueden ayudaros a sacar partido al vídeo, cuando lo veáis con amigos, en la escuela o en la parroquia.

### **Preguntas para el diálogo:**

- ¿Puede resultar que alguna vez sea demasiado pronto para comenzar a hablar a vuestros hijos sobre la sexualidad humana? ¿Cuál es la mejor edad para empezar?
- ¿Cómo pueden los padres facilitar que sus hijos les hablen de estos temas? ¿Hay recursos que pueden ayudar a iniciar estas conversaciones?
- ¿Deberían las madres hablar con las niñas y los padres con

los niños, o ambos padres intentar hacerlo con los hijos de ambos sexos? ¿Cómo pueden los padres saber qué edad es la apropiada para compartir estos temas?

- Ante una gran variedad de comportamientos sexuales que pueden ver los niños, ¿cómo se les puede enseñar mejor la moral cristiana? ¿Cómo pueden ayudar los padres a los jóvenes y adolescentes a desarrollarse en ambientes que admiten una serie de prácticas sexuales contrarias a la vida cristiana?

## **Propuestas de acción**

- Aseguraos de que tú y tu marido/mujer tenéis una visión compartida de cuándo y cómo hablar de estos temas con vuestros hijos. Pensad si conviene adoptar una estrategia con ciertos objetivos en mente.

Hablad de estos temas entre vosotros con regularidad.

- Seleccionad algunas películas, programas de televisión y/o documentales apropiados para la edad de vuestros hijos, para verlos con ellos y hablar de forma natural de estos temas.
- Rezad diariamente por vuestros hijos y su pureza. Enseñadles a rezar tres avemarías cada noche antes de ir a dormir, pidiendo a la Virgen que conserve sus cuerpos y almas limpios para Dios. Recordadles a menudo que son hijos de Dios y que el Espíritu Santo vive en ellos cuando están en gracia.
- Intentad hablarles más de la belleza del amor humano y que ese sea el contexto cuando se discuta sobre la sexualidad humana. Para un cristiano, las relaciones sexuales son siempre una expresión de amor

matrimonial comprometido,  
abierto a la vida humana.

- Animad a los niños cuando tratan de vivir con estilo, elegancia y modestia. Apoyad esos esfuerzos yendo de compras con ellos e intentando cultivar un estilo personal propio, elegante y a la moda.

## **Meditar con la Sagrada Escritura y con el Catecismo de la Iglesia Católica**

- Y creó Dios al hombre a su imagen, a imagen de Dios lo creó; varón y hembra los creó.
- Y los bendijo Dios, y les dijo: Fructificad y multiplicaos; llenad la tierra, y sojuzgadla, y señoread en los peces del mar, en las aves de los cielos, y en todas las bestias que se mueven sobre la tierra. (*Génesis 1, 27-28*)
- Él, respondiendo, les dijo: ¿No habéis leído que el que los hizo

al principio, varón y hembra los hizo? Y dijo: Por esto el hombre dejará padre y madre, y se unirá a su mujer, y los dos serán una sola carne. Así que no son ya más dos, sino una sola carne; por tanto, lo que Dios juntó, no lo separe el hombre. (*Mateo 19, 4-6*)

- Huid de la fornicación. Cualquier otro pecado que el hombre cometa, está fuera del cuerpo; mas el que fornicar, contra su propio cuerpo peca. ¿O ignoráis que vuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo, el cual está en vosotros, el cual tenéis de Dios, y que no sois vuestros? Porque habéis sido comprados por precio; glorificad, pues, a Dios en vuestro cuerpo y en vuestro espíritu, los cuales son de Dios. (*1 Corintios 6, 18-20*)
- Sed, pues, imitadores de Dios como hijos amados; y andad en

amor, así como también Cristo os amó y se dio a sí mismo por nosotros, ofrenda y sacrificio a Dios, como fragante aroma.

Pero que la inmoralidad, y toda impureza o avaricia, ni siquiera se mencionen entre vosotros, como corresponde a los santos; ni obscenidades, ni necedades, ni groserías, que no son apropiadas, sino más bien acciones de gracias. Porque con certeza sabéis esto: que ningún inmoral, impuro, o avaro, que es idólatra, tiene herencia en el reino de Cristo y de Dios.  
(*Efesios 5, 1-5*).

## **Meditar con el Papa Francisco**

- Una educación sexual que cuide un sano pudor tiene un valor inmenso, aunque hoy algunos consideren que es una cuestión de otras épocas. Es una defensa natural de la persona que

resguarda su interioridad y evita ser convertida en un puro objeto. Sin el pudor, podemos reducir el afecto y la sexualidad a obsesiones que nos concentran sólo en la genitalidad, en morbosidades que desfiguran nuestra capacidad de amar y en diversas formas de violencia sexual que nos llevan a ser tratados de modo inhumano o a dañar a otros (*Amoris Laetitia*, 282).

- Con frecuencia la educación sexual se concentra en la invitación a «cuidarse», procurando un «sexo seguro». Esta expresión transmite una actitud negativa hacia la finalidad procreativa natural de la sexualidad, como si un posible hijo fuera un enemigo del cual hay que protegerse. Así se promueve la agresividad narcisista en lugar de la

acogida. Es irresponsable toda invitación a los adolescentes a que jueguen con sus cuerpos y deseos, como si tuvieran la madurez, los valores, el compromiso mutuo y los objetivos propios del matrimonio. De ese modo se los alienta alegremente a utilizar a otra persona como objeto de búsquedas compensatorias de carencias o de grandes límites. Es importante más bien enseñarles un camino en torno a las diversas expresiones del amor, al cuidado mutuo, a la ternura respetuosa, a la comunicación rica de sentido. Porque todo eso prepara para un don de sí íntegro y generoso que se expresará, luego de un compromiso público, en la entrega de los cuerpos. La unión sexual en el matrimonio aparecerá así como signo de un compromiso totalizante,

enriquecido por todo el camino previo (*Amoris Laetitia*, 283).

- La educación sexual brinda información, pero sin olvidar que los niños y los jóvenes no han alcanzado una madurez plena. La información debe llegar en el momento apropiado y de una manera adecuada a la etapa que viven. No sirve saturarlos de datos sin el desarrollo de un sentido crítico ante una invasión de propuestas, ante la pornografía descontrolada y la sobrecarga de estímulos que pueden mutilar la sexualidad. Los jóvenes deben poder advertir que están bombardeados por mensajes que no buscan su bien y su maduración. Hace falta ayudarles a reconocer y a buscar las influencias positivas, al mismo tiempo que toman distancia de todo lo que desfigura su capacidad de

amar. Igualmente, debemos aceptar que «la necesidad de un lenguaje nuevo y más adecuado se presenta especialmente en el tiempo de presentar a los niños y adolescentes el tema de la sexualidad» (*Amoris Laetitia*, 281).

- La educación sexual debería incluir también el respeto y la valoración de la diferencia, que muestra a cada uno la posibilidad de superar el encierro en los propios límites para abrirse a la aceptación del otro. Más allá de las comprensibles dificultades que cada uno pueda vivir, hay que ayudar a aceptar el propio cuerpo tal como ha sido creado, porque «una lógica de dominio sobre el propio cuerpo se transforma en una lógica a veces sutil de dominio sobre la creación [...] También la valoración del propio cuerpo en

su femineidad o masculinidad es necesaria para reconocerse a sí mismo en el encuentro con el diferente. De este modo es posible aceptar gozosamente el don específico del otro o de la otra, obra del Dios creador, y enriquecerse recíprocamente». Sólo perdiéndole el miedo a la diferencia, uno puede terminar de liberarse de la inmanencia del propio ser y del embeleso por sí mismo. La educación sexual debe ayudar a aceptar el propio cuerpo, de manera que la persona no pretenda «cancelar la diferencia sexual porque ya no sabe confrontarse con la misma» (*Amoris Laetitia*, 285).

## **Meditar con san Josemaría**

Esa amistad de que hablo, ese saber ponerse al nivel de los hijos, facilitándoles que hablen

confiadamente de sus pequeños problemas, hace posible algo que me parece de gran importancia: que sean los padres quienes den a conocer a sus hijos el origen de la vida, de un modo gradual, acomodándose a su mentalidad y a su capacidad de comprender, anticipándose ligeramente a su natural curiosidad; hay que evitar que rodeen de malicia esta materia, que aprendan algo —que es en sí mismo noble y santo— de una mala confidencia de un amigo o de una amiga. Esto mismo suele ser un paso importante en ese afianzamiento de la amistad entre padres e hijos, impidiendo una separación en el mismo despertar de la vida moral.

Por otra parte, los padres han de procurar también mantener el corazón joven, para que les sea más fácil recibir con simpatía las aspiraciones nobles e incluso las extravagancias de los chicos. La vida

cambia, y hay muchas cosas nuevas que quizá no nos gusten —hasta es posible que no sean objetivamente mejores que otras de antes—, pero que no son malas: son simplemente otros modos de vivir, sin más trascendencia. En no pocas ocasiones, los conflictos aparecen porque se da importancia a pequeñeces, que se superan con un poco de perspectiva y de sentido del humor. (Conversaciones, n. 100)

## **Textos y enlaces para seguir reflexionando**

- Educación del corazón
- Educación en el pudor (1)
- Educación en el pudor (2)

la-confianza-ii-abrir-la-casa-al-dialogo/  
(12/08/2025)