



La Educación Somática como abordaje para una Educación Sexual Integral.

Por la Lic. Julia Cegatti y Prof. Anabella Lozano

Con la promulgación de la Ley 26.150, el Estado asumió un compromiso impostergable: promover un enfoque integral y multisectorial de la educación sexual de nuestros niños, niñas y jóvenes. Para ello se ha trabajado en la búsqueda de consenso necesaria para definir contenidos innovadores que, en sintonía con los objetivos de la Ley, presenten una visión de la educación sexual que evite reduccionismos de todo tipo. Estos contenidos están expresados en el documento Lineamientos Curriculares para la Educación Sexual Integral, aprobados en el Consejo Federal de Educación por resolución 45/08, el 28 de mayo de 2008. Proponen una perspectiva que enfatiza la calidad de la formación y la información, la inclusión de valores, la generación de condiciones para el ejercicio de los derechos y la promoción de la salud. Se enfatiza la necesidad de que los chicos y las chicas se formen en un juego de libre elección; que sean realmente capaces de discernir, de cuidarse, de cuidar al otro, para que conozcan y ejerzan sus derechos, sean soberanos de sus cuerpos, y para que, fundamentalmente, no se queden solos con su miedo, su incertidumbre, su curiosidad.

Tradicionalmente, las temáticas referidas a la sexualidad no eran consideradas propias de los aprendizajes de la infancia, sino de la pubertad, la adolescencia y las juventudes. Aún en esta etapa el tema estaba fuertemente ligado a la genitalidad y era abordado fundamentalmente desde una mirada biologicista. El concepto que se propone actualmente —en consonancia con la Ley de Educación Sexual Integral— considera a la sexualidad como una de las dimensiones constitutivas de la persona, relevante para su despliegue y bienestar durante toda la vida, que abarca tanto aspectos biológicos, como psicológicos, sociales, afectivos y éticos.

Si bien consideramos que ha sido de un enorme avance llegar a esta ley y las concepciones que la acompañan, entendemos que aún hoy nos falta profundizar en prácticas que nos permitan experimentar qué queremos transmitir cuando hablamos de la sexualidad como parte fundamental de nuestro bienestar. ¿Cómo se enseña este contenido? ¿Es un contenido cognitivo – afectivo – social – técnico? ¿Dónde se inscribe este conocimiento? ¿Cuáles son los modos de experimentarlos? Son muchas las preguntas que nos hacemos y largas las reflexiones que acompañan sus respuestas. Intentaremos aquí aportar una breve reflexión al respecto tomando como referencia la perspectiva propia de la Educación Somática.

El valor de estar presente en la experiencia

En atención al armado de la escena educativa, entendemos que un aporte a estos interrogantes es el sentido de experiencia que propone Jorge Larrosa. El autor, nos invita a pensar que la educación suele pensarse desde el punto de vista de la relación entre ciencia y técnica o, a veces, desde el punto de vista de la relación entre teoría y

práctica. Propone explorar desde una tercer perspectiva "...otra posibilidad... más existencial (sin ser existencialista) y más estética (sin ser esteticista), a saber, pensar la educación desde la experiencia" (Larrosa, 2006, pág. 166). El pensar, desde esta perspectiva, no se inscribe sólo como el razonar o argumentar sino, sobre todo, como la instancia en que se da sentido a lo que somos y a lo que nos pasa.

Por otro lado, es frecuente que en el ámbito educativo estén centrados en el desarrollo de contenidos cognoscitivos y psicomotrices pero no se brindan los mismos recursos para la transmisión de los contenidos sensorioemocionales, centrales a la hora de transmitir los contenidos del ESI. Si bien hay conciencia de la importancia de una formación integral, en la práctica, se confunden los modos y se aplican técnicas que corresponden a los contenidos intelectuales. Esto se presenta como un obstáculo ya que los aprendizajes integrales sólo se logran a través de vivencias realmente significativas para los alumnos que se pueden adquirir desde la experiencia directa o a través de la identificación con personas significativas para el alumno. Por ello consideramos que sería de suma importancia que los dispositivos que trabajan con un cuerpo sensible se incorporen al sistema escolar desde edades tempranas entendiendo que es desde la infancia y a lo largo de la vida que aprendemos con todo el cuerpo y no sólo con la cabeza. A esta concepción de aprendizaje Csordas la describe como los modos somáticos de atención, los cuales define como modos culturalmente elaborados de prestar atención a, y con el propio cuerpo, en entornos que incluyen la presencia corporizada de otros. Estos amplían el campo en el cual se pueden mirar los fenómenos de la percepción y la atención, y sugieren que prestar atención al propio cuerpo puede decirnos algo sobre el mundo y sobre los otros que nos rodean; lo cual es fuertemente influenciado por nuestro ser-en-el mundo (Csordas, 1994)

Es por ello que creemos que es de suma importancia, fundamentalmente en el tema de la educación sexual integral, que el/la docente estimule la curiosidad, no sólo a través de su prédica expositiva sino a través de lo que expresa su corporeidad en la tarea. Pero esto último se ve facilitado si el/la docente ha podido experimentar en su propio cuerpo la posibilidad de interrogarse acerca de su vivencia de la sexualidad como energía vital y haya podido compartir espacios en donde ser acompañado/a desde una mirada empática. Esta instancia se inscribe como condición necesaria para luego poder ofrecer a sus estudiantes la oportunidad de alojar los sentimientos que puedan aparecer asociados al trabajo con la sexualidad, como por ejemplo la vergüenza, los sentimientos de inadecuación que la rodean o aquellos asociados a la gratificación como la expansión de la vitalidad.

En este sentido creemos que es necesario incluir en la formación docente y en las prácticas áulicas técnicas que se inscriban en el campo de la Educación Somática como por ejemplo la Bioenergética o la Esferodinamia RP. Estas técnicas comparten las siguientes concepciones:

- Cuerpo y mente son una unidad.
- Todos los procesos psíquicos tienen un correlato a nivel corporal.
- La respiración es un proceso fundamental en la producción de energía corporal y su restricción está al servicio de reprimir emociones intolerables.
- El tacto y el contacto son especialmente significativos en las primeras vivencias y en la construcción de la subjetividad y con ella la expresión de su energía sexual.
- La importancia del trabajo con el tono muscular: a) trabajar los bloqueos musculares crónicos ayudando a relajar sus tensiones, a comprender su origen y función y liberar las emociones por ellas contenidas y b) explorar las variantes del tono muscular y las oportunidades de autorregulación en diálogo con el entorno.
- El concepto de enraizamiento como el trabajo de contacto con la realidad interna y externa. Los apoyos y los empujes son parte constitutiva de las fuerzas de descarga y de circulación por nuestros tejidos óseos y miofasciales.
- La profundización en el registro propioceptivo y perceptivo

- La posibilidad de inscribir sensaciones de placer fundantes de la construcción de la continuidad psicocorporal
- Aumentar el foco en la experiencia como una matriz nueva para experimentar la energía vital del movimiento. Decimos que experimentar está vinculado a buscar un estado de presencia plena en el momento de la clase sumergidos en nuestras percepciones.
- El movimiento como un lugar de encuentro con la posibilidad donde el sentido de la vivencia de la amplitud del movimiento, la disponibilidad, la confianza y el bienestar sea la construcción que da sostén y soporte a la transformación dinámica de la actitud postural.

En síntesis, habilitan la construcción de dispositivos que combinan las dimensiones corporal, emocional, analítica y vincular permitiendo llevar alivio, lograr el gusto por el placer, la alegría, el amor y la salud vibrante en los que ir inscribiendo en el soma modos saludables de habitar una Salud Sexual de manera integral en el marco de vínculos vivos.

Bibliografía

Csordas, T. J. (1994). Embodiment and experiencia: The existencial ground of culture and self. Cambridge: Cambridge University press.

Larrosa, J. (2006). Sobre la experiencia. . Obtenido de Obtenido de <http://www.raco.cat/index.php/Aloma/article/viewFile/103367/154553>

Educación Sexual para la primaria. Serie cuadernos ESI. Obtenido en http://www.me.gov.ar/me_prog/esi/doc/esi_primaria.pdf