

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO

FACULTAD DE FILOSOFIA Y LETRAS

ESCUELA DE PSICOLOGIA

2054
S. C. COLVA

**HIGIENE MENTAL DE LA VIDA SEXUAL
DEL ADOLESCENTE**

AIZC
PANCHO

T E S I S

Que para su examen recepcional de la
carrera de Psicóloga presenta la alumna

ANA LUISA ROMAN GONZALEZ



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AL SR. DR. JOAQUIN MENDIZABAL CALDERON.
Con todo mi agradecimiento.

T. Ps. 229



“MADRE, ¿POR QUE NO ME HAS DICHO
TODO ESTO ANTES?”.

FILOSOFIA
Y LETRAS

Wedekind. El Despertar de la Primavera.

INDICE

INTRODUCCION.—página 1.

Capítulo I.—Consideraciones Generales sobre Adolescencia, página 6.

El Adolescente Mexicano, página 19.

Capítulo II.—Consideraciones Generales sobre Sexualidad, página 25.

Capítulo III.—La Sexualidad del Adolescente, página 30.

Capítulo IV.—Concepto de Higiene Mental, página 47.

Capítulo V.—Higiene Mental de la Vida Sexual del Adolescente, página 52.

Capítulo VI.—Higiene Mental y Educación Sexual del Adolescente, página 73.

Papel del Psicólogo en la Educación Sexual del Adolescente, página 91.

CONCLUSIONES.—página 94.

BIBLIOGRAFIA.—página 99.

INTRODUCCION.

En el proceso evolutivo de la vida del hombre, la adolescencia destaca con luces propias, constituyendo una de las etapas que mayor interés ha despertado entre los investigadores de todo el mundo, durante el presente siglo.

A partir de la obra de Granville Stanley Hall sobre la adolescencia, publicada en 1905 y considerada como obra clásica, se inicia el estudio sistemático de la adolescencia.

En el transcurso de los años siguientes, una pléyade de investigadores como Carlota Bühler, Spranger, Mira y López, etc., han contribuido con sus investigaciones a formar el acervo de conocimientos que constituyen la Ciencia del Adolescente que conocemos en nuestros días.

Sin embargo, a pesar de los numerosos trabajos realizados aún no existe, en rigor, una verdadera Ciencia del Adolescente,

como ya la hay para el niño. Existen diferencias de opinión en varios aspectos y aún para denominarla no hay acuerdo unánime entre los autores, pues se han propuesto varios nombres, como: Sexología, Efebología, Hébelogía, sin que se haya logrado su aceptación universal.

El estudio de los numerosos problemas de la adolescencia ha alcanzado en nuestros días una importancia muy grande en contraste con épocas anteriores en que las investigaciones realizadas para lograr el mejor conocimiento del hombre enfocaron otras etapas de la vida humana como la niñez y la adultez.

En múltiples aspectos de la vida moderna, la participación activa y cada vez más amplia de los jóvenes de ambos sexos en campos que en otros tiempos estaban reservados a los adultos, ha demostrado que la juventud es uno de los más valiosos factores del progreso humano y que es una necesidad básica conocer y comprender profundamente sus problemas, educarla, orientarla y

capacitarla adecuadamente para que alcance las metas más elevadas en su vida futura de adulto.

Día con día, se registran numerosos hechos que justifican la importancia del estudio de la adolescencia y sus problemas en la actualidad, como sucede por ejemplo, con la necesidad de conocer las aptitudes y vocaciones juveniles oportunamente para lograr su capacitación racional en la gran diversidad de oficios y profesiones modernas que el rápido desarrollo de la Industria y el progreso (a veces espectacular) de la producción especializada, han creado, demandando personal capacitado, adecuadamente preparado física e intelectualmente.

En otros aspectos de la vida de nuestras sociedades modernas, la juventud es afectada en elevada proporción como acontece con los viejos males sociales: prostitución, delincuencia juvenil, alcoholismo, etc., según se desprende de varias investigaciones realizadas sobre el particular.

La correcta orientación que reciban los adolescentes oportunamente, hacia actitudes constructivas, para su adecuada adaptación a la vida social moderna contribuirá en gran medida a la resolución de esta clase de problemas, requiriendo una mayor atención, conocimiento y comprensión de esta etapa evolutiva de la vida del hombre.

De la diversidad de fenómenos que emergen en la adolescencia, destaca por su importancia fundamental el de la sexualidad. La sexualidad que ya existe desde la infancia, incipiente, en evolución, sin capacidad reproductora, alcanza la madurez completa en la adolescencia, apareciendo una genuina vivencia sexual.

“En ninguna edad posterior, dice Juan J. Arévalo (4), el hombre vuelve a vivir tan intensa, tan arrolladoramente y con tanta pureza, la emoción sexual”.

La sexualidad y la constelación de fenómenos que constituyen su correlación y consecuencia influyen poderosamente en

la vida del adolescente y con demasiada frecuencia originan graves problemas en la formación del sentimiento y en la adaptación social del mismo, más difíciles aún que los problemas que se registran en el proceso formativo de la mente y la cultura.

Por lo anteriormente expuesto he considerado justificado y de interés, abordar dentro de la modestia de este trabajo el aspecto de la vida sexual del adolescente y las normas de Higiene Mental correspondientes.

CAPITULO I

CONSIDERACIONES GENERALES SOBRE ADOLESCENCIA.

Etimológicamente (5) el término adolescencia es de origen latino y se deriva de las voces *adolescere* que significa crecer; *adolescentula* que puede traducirse por jovencita o jovencito y la voz *dolescere* que quiere decir sufrir algún dolor, padecer alguna enfermedad habitual, caer enfermo, etc. Comúnmente se ha empleado para designar una parte de la vida del hombre comprendida entre la etapa de la niñez y la de la adultez. En su significación primitiva la palabra adolescencia además de designar la edad juvenil expresaba la idea de sufrimiento, de angustia o de dolor, según la idea que se tenía de las características afectivas y orgánicas de esta edad.

El concepto de adolescencia ha variado según el criterio de los diversos investigadores y según las épocas, pero en términos generales todos coinciden en señalar que la adolescencia forma parte de la primera fase del curso de la vida del hom-

bre que media entre el fin de la niñez y el principio de la adultez y que tiene el matiz de un problema situacional ya que el sujeto de esta edad ni es niño ni es adulto.

La diversidad de criterios y puntos de vista tiene como consecuencia una confusión de términos, que aún en nuestros días se emplean para referirse a la infancia y a la adolescencia como son puericia, pubertad, nubilidad, juventud, adolescencia, etc. (38).

Para la mayor parte de los autores americanos la adolescencia se extiende de los 10 a los 20 años de edad.

Para Juan J. Arévalo (4) “la adolescencia es una etapa de la vida que se caracteriza por un foco de determinados fenómenos orgánicos y espirituales que se presentan y desenvuelven dentro de un período de duración cuyos límites pueden establecerse en términos generales y que se desvanecen en un plazo también aproximado”.

Para Aníbal Ponce (39) “se llama adolescencia a aquel período de la vida individual que sucede inmediatamente a la puericia, y en el cual la personalidad se reconstruye sobre la base de una nueva cenestesia”.

En términos generales podemos considerar que la adolescencia es una etapa de la vida humana comprendida entre el fin de la niñez y el principio de la adultez, caracterizada por una transformación de la estructura anatomofisiológica y una transformación de la estructura psíquica.

En la primera domina el fenómeno de crecimiento y expansión física y la madurez fisiológica fundamentalmente la madurez sexual, alcanzando el dimorfismo sexual. En la segunda se alcanza la madurez psíquica que permite al joven el autocontrol de la emotividad y la confianza en sí mismo para poder autodeterminarse y autoafirmarse.

Esta transformación psicósomática trae aparejada una repercusión social en la vida del adolescente, con características especiales, en sus tres dimensiones: física, psíquica y social.

Desde el punto de vista somático, la adolescencia se caracteriza por una aparente y profunda transformación de la estructura anatomo-fisiológica del ser humano, que podemos dividir para su estudio en dos aspectos: anatómico o morfológico y fisiológico o funcional.

Dos fenómenos dominan la transformación anatómica que se observan en esta edad: el crecimiento que se manifiesta por el aumento de la talla y el volumen y la aparición de los caracteres que establecen el dimorfismo sexual.

El fenómeno expansivo del crecimiento se hace aparente en una crisis de aumento de longitud que para la mayor parte de los autores es el fenómeno más destacado y reservado a esta época.

En rigor biológico el crecimiento durante la adolescencia es la continuación del crecimiento iniciado en etapas anteriores de la vida y la intensidad del mismo no es mayor que en ellas, si consideramos que este fenómeno que se inicia desde el momento de la fecundación presenta una velocidad extraordinaria en las primeras etapas del desarrollo humano y va disminuyendo sensible y progresivamente hasta terminar por completo después de los 20 años.

Lo mismo puede decirse sobre el aumento del peso corporal el cual es extraordinariamente intenso durante la vida fe-

tal disminuyendo en la niñez y en la juventud, para ser muy pequeño o nulo durante la adultez y negativo en la ancianidad.

Lo que se muestra al observador durante la adolescencia, por término medio de los 11 a los 15 años de edad es un rápido aumento de la talla, el clásico "estirón", en que se alcanza prácticamente la estatura definitiva de la edad adulta y que se hace tan ostensible a los padres de familia al observar que les quedan pequeños los vestidos que poco tiempo antes se acomodaban perfectamente a su tamaño (35).

Con ser tan importante el crecimiento quizá lo que domina en la transformación morfológica del adolescente es la aparición de los caracteres sexuales que lo llevarán al dimorfismo sexual completo.

Desde el punto de vista fisiológico se observan numerosas transformaciones que aunque comunes a los dos sexos presentan características propias según se trate del hombre o de la mujer.

Al iniciarse la pubertad se presenta un desajuste endocrino originado por la cesación de la actividad hormonal de las

glándulas infantiles: timo y pineal y la aparición de las hormonas sexuales: estrógenos y andrógenos.

Estos fenómenos hormonales van a determinar la presentación de la menarquia en las jóvenes y la polución en los adolescentes, contribuyendo además a desarrollar el dimorfismo sexual y la atracción hacia el sexo opuesto.

En la mujer (38) la manifestación objetiva la constituye la iniciación del ciclo catamenial, el que al principio se presenta de manera irregular y aparentemente con un período de infertilidad. El fenómeno hemorrágico constituye el signo externo de la ovulación, que consiste en la maduración de uno o varios óvulos el que se desprende y se pone en movimiento por las trompas de Falopio para llegar hasta el útero donde será expulsado al exterior junto con los restos de la mucosa si durante ese recorrido no es fecundado por un espermatozoide.

En el hombre se presenta la polución que corresponde al fenómeno de la espermatogénesis y consiste en la producción y expulsión al exterior del líquido germinal masculino que tiene

su origen en el testículo y que es extraordinariamente rico en espermatozoides.

Desde el punto de vista fisiológico la pubertad constituye la evidencia de la capacidad reproductora aún cuando la verdadera madurez sexual se adquiere 4 ó 5 años después de las primeras poluciones y de la iniciación del ciclo menstrual.

Estos fenómenos característicos de la pubertad no son simultáneos en ambos sexos. La pubertad femenina es siempre anterior a la masculina en algunos años (de 1 a 4 años).

Todo el conjunto de modificaciones somáticas y funcionales mencionadas cuya aparición en muchas ocasiones se hace de manera aparatosa y hasta dramática producen un impacto psicológico que explican algunos de los frecuentes problemas de la conducta del adolescente.

El paso de la infancia a la adolescencia rompe el ritmo vital que hasta entonces había adquirido la vida psíquica del niño. Al efectuarse la transformación de su estructura anatomofisiológica se crean situaciones nuevas que exigen una adaptación

y una nueva acomodación; el equilibrio psíquico infantil que se había establecido, se rompe, apareciendo una nueva vivencia como si se tratara de reconstruir algo que se ha perdido.

Esta ruptura del equilibrio psíquico infantil tiene su origen al iniciarse una crisis de la personalidad.

Hacia la edad escolar existe ya cierto avance de la personalidad, desde el nacimiento hasta llegar a esta edad, el niño ha recorrido una serie de etapas de ajustes y desajustes, que ha ido estructurando su personalidad.

Hacia el final de la infancia entre los 10 y 12 años los conocimientos adquiridos se sistematizan, el juicio y el razonamiento son más seguros, el lenguaje se ha enriquecido, hay cierto grado de estabilidad de las tendencias y de los sentimientos; se ha establecido un estado de equilibrio psíquico que corresponde a la época que se ha llamado fase prepuberal y en la que también el niño se ha trazado una imagen de lo que espera ser más tarde y que se ha calificado como una situación de "espera".

Cuando los fenómenos de la transformación somática y

funcional de la adolescencia aparecen en escena, el avance logrado en la personalidad se detiene y se produce un desajuste que es el origen de la crisis mencionada.

El aparato psíquico del adolescente en estructuración tiene varios elementos entre los que tienen mayor importancia: el descubrimiento de su vida interior y la conciencia del sexo.

La conciencia del sexo, alcanza un significado muy elevado porque va a modificar hondamente la conducta del adolescente.

Desde la edad infantil, entre los 6-7 años de edad ya tiene cierto conocimiento del sexo pero sin comprender aún su significado. La primera clasificación que hace de los sexos es: él se parece a papá por lo tanto es hombre; la niña se parece a la mamá por lo tanto es mujer. También utiliza otras referencias para hacer una distinción de sexos como son el tipo de vestidos, nombres, etc.

Al hacer conciencia del sexo el adolescente adquiere la conciencia de una cosa vital que enriquece su psicología pero

aumenta su problemática; hay una nueva cenestesia conectada con lo sexual, que el adolescente considera como un nuevo poderío pero al mismo tiempo hace conciencia del difícil manejo de esta potencialidad. Se establece entonces una lucha entre los impulsos incontrolables que experimenta y que no sabe si reprimirlos o sublimarlos. El conflicto encuentra entonces una fuerza que lo atenuará o equilibrará y que corresponde a la estructura del amor y la amistad y más tarde a las estructuras filosóficas, que lo salvarán de esta situación conflictiva.

Los caracteres psicológicos generales más importantes de esta edad juvenil son los siguientes:

- 1.—Exaltación normal de la vida emotiva y sensorial, la que es más notable en la mujer que en el hombre.
- 2.—Receptividad a los estímulos afectivos en relación directa con el carácter anterior, siendo más sensible la mujer que el hombre.
- 3.—Capacidad para la abstracción mental y para el trabajo creador. En el adolescente varón la capacidad de abstracción es ma-

yor que en la joven pero con menor dedicación; por regla general la mujer es menos profunda pero constante y esta constancia la tiene también en el aspecto social.

- 4.—Impulso de lucha en el varón y de perseverancia en la mujer.
- 5.—Tendencia a solucionar problemas en forma activa en el adolescente hombre y en forma pasiva en la mujer.
- 6.—Tendencia del predominio de la razón sobre el sentimiento en el muchacho y lo contrario en la mujer, es decir, predominio del sentimiento sobre la razón.

El pensamiento en el adolescente masculino es discursivo y en el adolescente femenino, intuitivo; por esta razón, el hombre lo somete todo a la lógica y la mujer no, alejándose más fácilmente de la religión que la mujer.

- 7.—Naturaleza general del psiquismo.

El varón puede calificarse de idealista; la mujer de espíritu práctico.

La nueva situación que vive el adolescente al sentirse colocado en medio de dos mundos: el infantil al que pertene-

ce en parte y el del adulto al que no puede entrar, reforzada con el descubrimiento del mundo que lleva dentro de sí le proporciona una experiencia nueva y única que no debe a nadie y ante situaciones que no logra comprender, se aísla de los que le rodean y se hace reservado en una especie de actitud compensatoria, de defensa. Es la etapa de la introversión.

De esta situación nace también el principio de su independencia, el deseo de ser libre, tanto física como psíquicamente. Es la época en que trata de liberarse de su dependencia familiar mostrándose antagonista a todo: a la familia, a la escuela, a la sociedad, al sexo contrario, etc. De la lucha entre la reserva, que representa para él un movimiento instintivo de autoprotección y el impulso de ser libre se encuentra una de las explicaciones de su agresividad. Los intentos para lograr su independencia personal se manifiesta por las pequeñas conquistas que logra y a las que da gran significación; por ejemplo, tener una habitación exclusiva, regresar a su casa más tarde, paseos sólo con amigos, etc. Tres cosas caracterizan este ensayo de independencia individual: la

llave de la casa, dinero en el bolsillo y una caja con llave para guardar los secretos.

Frente al desarrollo de su independencia lucha contra todo complejo o sentimiento de inferioridad. A medida que ésta avanza se autoafirma más. En esta lucha la mujer adolescente tiene más éxito y mayor facilidad de adaptación que el adolescente varón.

La independencia es buscada en todos los sentidos; en el aspecto psicosexual alcanza la autoafirmación cuando logra la madurez emocional. En esta época de la vida los fracasos emocionales, sociales y en general de toda índole le provocan sentimientos de minusvalía.

Cuando la autoafirmación no es conseguida fructifica en susceptibilidad. Los sentimientos de minusvalía exaltan el sentimiento de la propia dignidad.

La transformación somática y funcional del adolescente tiene repercusión en el aspecto psíquico ocasionando una serie de cambios en la conducta que es lo que se denomina "conducta in-

auténtica". Su nueva situación psicósomática la manifiesta entonces por su actitud hipercrítica, antisocial, con hastío, testarudez, murmuración, desatención general, descuido personal, chismorreos, impuntualidad, brusquedad en los modales, sospecha constante sobre la conducta de los demás, insubordinación y rebeldía.

El adolescente rechaza el trabajo, es irritable e irritante, muestra inquietud constante, falta de confianza y timidez.

Es en esta etapa de la vida humana donde se entabla la lucha instintivo-volitivo-normativa o sea el conflicto en que se debate el adolescente entre los tres elementos de su personalidad (el ser, el querer ser y el deber ser) que no ha sido suficientemente estudiada por las dificultades que el adolescente presenta para su estudio y que todavía, seguramente, a través de los estudios dinámicos de la personalidad encontrará el estudioso de la psicología elementos nuevos en la personalidad.

EL ADOLESCENTE MEXICANO.

Bajo la influencia de factores ambientales, culturales, sociales, etc., la psicología del adolescente que ha sido trazada

en sus caracteres generales, se modifica, predominando o disminuyendo algunos de ellos, para conformar tipos particulares de cada región o país.

Por algunos estudios realizados, se pueden señalar algunas características más notables del joven mexicano.

La reserva propia de esta ciudad, parece acentuarse en el adolescente mexicano, el cual se encierra en sí mismo y se vuelve hermético; su hermetismo es un recurso de su recelo y de la desconfianza que siente pues instintivamente considera peligroso el medio que lo rodea.

No permite que el mundo exterior penetre en su intimidad a tal grado que su ideal de hombría (37) en lenguaje popular es “no rajarse nunca”, es decir puede humillarse o doblegarse, “agacharse” pero no “rajarse”.

Su misma reserva le hace suspicaz; todo puede herirle, lo mismo las frases que las actitudes y los gestos.

Las únicas ocasiones en que se vierte al exterior son las fiestas en general, públicas o privadas, nacionales o familia-

res, en que al reunirse con los demás exterioriza sus emociones y sus impulsos.

Las más importantes características del adolescente mexicano tienen su raíz en el modo como se integra el hogar mexicano. Santiago Ramírez (41) en un estudio realizado para conocer las pautas dinámicas en la organización de la familia mexicana encontró que en el 32% de los casos estudiados el padre está ausente físicamente y la mujer carece de esposo y que en el 70%, desde el punto de vista psicológico virtualmente es una figura ausente. Tres tendencias dinámicas básicas se encuentran en la familia mexicana: 1.—intensa relación madre-hijo, durante el primer año de la vida, 2.—escasa relación padre-hijo y 3.—ruptura traumática de la relación madre-hijo ante el nacimiento del hermano menor.

Desde su infancia el niño mexicano tiene que enfrentarse a una vida bien característica: muy cercano a su madre en los primeros años de la vida, ausencia del padre cuya participación en el hogar es limitada y cuando eventualmente aparece ejerce con violencia una autoridad de tipo irracional.



La madre dentro del hogar se refugia y expresa a través de los hijos, sus tensiones y frustraciones los deriva a través de una maternidad exuberante en todos sus aspectos.

Debido a la ausencia del padre el niño no se identifica con la figura paterna lo que origina el sentimiento de inseguridad de su masculinidad que más tarde lo llevará a las manifestaciones exteriores del "machismo", así como la autoridad irracional ejercida por el padre será la raíz de la característica rebeldía a la autoridad del mexicano.

El "machismo" y la rebeldía a la autoridad propias del mexicano se harán más notables durante la adolescencia.

Las relaciones de los padres con los hijos (32) van a matizar la relación emocional que se establece o se inicia a partir de la adolescencia motivada por la búsqueda del complemento en el hombre o en la mujer que constituye el noviazgo.

En las familias mexicanas en que la madre es una figura sobreprotectora frustrante y el padre con personalidad de tipo autoridad irracional el adolescente varón recibe el impacto

en varios aspectos: la sobreprotección materna provoca una situación de dependencia hacia la madre y al mismo tiempo un deseo de liberación de ésta. El adolescente necesitará una novia que sea el sustituto materno y que pueda significarle seguridad.

En la adolescente el tener novio es una autoafirmación y el carecer del mismo lo considera como la no aprobación de su conducta y la falta de aceptación social. Cuando el padre ha constituido una autoridad irracional, que no ha dado la suficiente seguridad y apoyo a la niña, la adolescente presentará una timidez que traduce su rechazo a la figura masculina.

Dada su inmadurez emocional el adolescente considera a la mujer como un objeto; para el adolescente mexicano es además un ser oscuro, secreto e inferior, cuya inferioridad radica en su sexo (37).

En el aspecto sexual la mujer le satisface sus necesidades sexuales pero siempre en una condición desvalorizada (41), sus contactos con el sexo femenino siempre estarán dirigidos a afirmar la superioridad del hombre; los sentimientos delicados

son rechazados por considerarlos característicos de feminidad y amaneramiento; en el adolescente mexicano parece acentuarse el concepto de que el amor es una conquista, un reclamo.

CAPITULO II

CONSIDERACIONES GENERALES SOBRE SEXUALIDAD.

El fenómeno dominante y diferencial de la adolescencia respecto a las demás etapas de la vida humana lo constituye el de la sexualidad.

Ha sido objeto de discusiones la importancia y la trascendencia que el fenómeno tiene para el desarrollo normal de los adolescentes y por consiguiente para su futura actividad en el campo social.

Así mismo el concepto de sexualidad tiene algunas variaciones de acuerdo con el criterio de los investigadores.

Para Spranger (43) el concepto ha sido empleado en tres significaciones. En la primera, que considera muy estrecha, la sexualidad comprende todos aquellos fenómenos psicofísicos que guardan relación con la diferencia fisiológicamente determinable de los sexos y con los actos de reproducción. El autor aludido, la considera muy limitada porque encuentra una multitud de procesos corporales y psíquicos, que pertenecen indudablemente a la misma

esfera y representan un papel muy importante precisamente en la pubertad pero que no pueden agruparse bajo esa denominación como son las vivencias sexuales infantiles, la homosexualidad, la masturbación, el fetichismo, etc.

La segunda significación corresponde a las teorías de Freud (18) . Para este investigador el concepto de sexualidad que hasta entonces se refería únicamente a los sentimientos eróticos vinculados a los órganos genitales es más amplio pues incluye todo impulso cuya satisfacción produce sensación corporal placentera, sin base genital, así como lo espiritual en todas sus formas que no son más que transformaciones o sublimaciones del impulso sexual primitivo que generan diversos sentimientos como la ternura, el afecto, la satisfacción del trabajo, etc., o una idea abstracta como la libertad, patria, idea política, etc.

En su concepto, toda la energía asociada a estas actividades era la libido a la que atribuía un origen sexual.

Conforme a la teoría de Freud la sexualidad evoluciona desde la etapa del nacimiento pasando por diversas fases; como to-

da tendencia instintiva la libido tiene una fuente, un fin y un objeto; estableciéndose las etapas evolutivas según el objeto y la zona corporal por medio de la cual se satisface.

Desde el punto de vista del objeto la libido atraviesa las siguientes fases:

- 1.—Autoerótica.
- 2.—Narcisista.
- 3.—Objetal.

La primera fase a su vez pasa por dos etapas que se conocen con el nombre de oral y anal. La fase anal se alcanza hacia el final del primer año de edad.

La fase narcisista comprende la llamada etapa fálica, en la que el interés de la libido se dirige hacia los órganos genitales, que se han convertido en la zona principal erógena.

La fuerte represión que en nuestra época, la cultura y la sociedad en que vivimos, ejercen sobre el niño durante esta etapa de la evolución de la sexualidad da origen al sentimiento de angustia y al establecimiento del temor a la castración.

Finalmente la sexualidad alcanza la etapa objetal. La libido se vierte al exterior en busca de un objeto externo satisfactor, independiente. Es en esta época en que se establece la situación conocida como complejo de Edipo ya que el niño toma a su madre como objeto de deseo y la figura paterna adquiere el significado de un rival al que se desea la muerte. Este conflicto se resuelve cuando el niño introyecta la figura del padre identificándose con ella y reprimiendo los impulsos libidinosos hacia la madre; (en el caso de la niña la figura paterna es tomada como objeto libidinoso).

A continuación la libido entra en un período de calma en que la energía libidinal es aplicada en su conjunto a la investigación y se conoce con el nombre de período de latencia, período que se extiende hasta la época prepuberal en que la transformación somática y funcional de la adolescencia vuelve a despertar los intereses sexuales.

Las ideas sobre la sexualidad y el esquema de su evolución presentado por Freud no fué ni ha sido aceptado universalmente en todos sus aspectos.

La tercera significación propuesta por Spranger (43) la sexualidad significa: “en el orden psíquico, el complejo de vivencias y de impulsos que están caracterizados por una especie de placer sensible, de matiz específico (libido) y en el sistema corporal, todos los órganos y funciones, en cuanto que se presentan enlazados, duradera u ocasionalmente con este círculo específico de vivencias”. El centro de la estructura psicofísica considerada como esfera sexual está constituido físicamente de manera indiscutible por los órganos genitales y psíquicamente por aquellas excitaciones sensibles que se sienten localizadas en ellos.

CAPITULO III

LA SEXUALIDAD DEL ADOLESCENTE.

El fenómeno que primero llama la atención por su evidencia es la diferenciación sexual que pone fin a la morfología infantil, la que, salvo los caracteres primarios, es común para ambos sexos. Esta diferenciación sexual se afirma de manera progresiva por la aparición y desarrollo de los llamados caracteres sexuales secundarios. La iniciación de la fisiología sexual, contemporánea con estas transformaciones somáticas, que se exterioriza por la aparición de la menarquia en las jóvenes y las primeras poluciones en los varones tienen como inmediata consecuencia la curiosidad creciente y apasionante del adolescente por estas manifestaciones que concentran su interés y su atención.

El joven hace una clasificación de sexos y una reclasificación del mundo circundante que refiere a lo sexual, estableciendo dos mundos: el mundo del hombre, que no le pertenece y cosas relacionadas con el hombre y el mundo de la mujer, que no le pertenece y cosas relacionadas con la mujer.

Cuando ha descubierto el mundo de lo femenino y de lo masculino se lanza a la conquista del sexo opuesto, de la otra mitad, guiado por el instinto. Pero en esta conquista existen varias actitudes: lucha contra el sexo opuesto, expectación, y búsqueda de sexos.

En la primera actitud la falta de seguridad en sí mismo se manifiesta como rechazo al sexo opuesto.

El instinto es el que impulsa al adolescente a la conquista del otro sexo; la mujer siente que en alguna forma le pertenece al varón y éste a su vez se siente protector, pero ambos se inhiben; el joven por timidez y la muchacha por modestia. Bajo la influencia de ciertos ambientes, por decisión suprimen la timidez y la modestia, haciéndose el varón, exhibicionista, extravertido y en cambio la mujer se torna mojigata. La timidez y la modestia imprimen diversos matices a la lucha intersexual.

Todos estos fenómenos sexuales producen una nueva conciencia creando en el adolescente la conciencia de una cosa vital, la conciencia del sexo que le traerá problemas de interpreta-

ción. Su conducta va a oscilar de un extremo a otro; algunos se mostrarán llenos de escrúpulos y mojigatería, otros serán extremistas, liberales, originando estos brotes de obscenidad y pornografía que se traducen en escritos, dibujos, etc., en las paredes, en los retretes, etc.

La primera reacción del adolescente al tener conciencia del sexo, según Spranger, es de angustia y de temor a la vez que de sentimientos de orgullo y de fuerza estimulados por la libido.

Muchas veces el adolescente adquiere por sí mismo la conciencia del sexo y otras veces por información o por contaminación del ambiente adquiere el conocimiento del significado del mismo, que en los casos de información defectuosa puede ocasionarle sentimientos de miedo, temor y aún verdadero pánico, particularmente en las niñas que se impresionan fuertemente por las manifestaciones tan especiales de su fisiología.

Sin embargo, dominando a estas formas de afectividad desbordada impera la necesidad de saber, de conocer la causa y

las consecuencias de estos hechos (38). La curiosidad simple del niño ha dejado su lugar a estímulos más profundos que impelen al adolescente a buscar información. Trata de informarse con los adultos que conviven con él, con otros adolescentes, etc., y cuando su curiosidad no ha sido satisfecha entonces acude a los libros, a los diccionarios, a la diversidad de publicaciones, la mayor parte de dudoso contenido, que tanto abundan sobre el particular.

Al mismo tiempo que la curiosidad, tropieza con el hallazgo de experiencias sexuales placenteras derivadas de una invasión de ansias irreprimibles de satisfacer una nueva necesidad orgánica. Se inicia entonces una evolución de la sexualidad que según Freud denominó "fase de retorno" por repetirse etapas cubiertas durante la niñez, aunque ahora en formas diferentes; esta evolución pasa por tres momentos:

1.—Etapa de carácter autosexual cuya manifestación más acusada es la masturbación.

2.—Momento de homosexualidad que consiste en buscar fuera de sí mismo, en personas de su mismo sexo y de su relación

más próxima la satisfacción de esa necesidad vital, que en la mayor parte de los casos como veremos más adelante se refiere a una relación psíquica.

3.—Etapa de heterosexualidad que se caracteriza por la actividad sexual normal con personas del otro sexo. No todos los adolescentes evolucionan rigurosamente por las tres etapas ni tampoco se suceden de manera regular y cronológica, pero también es cierto que en formas muy diversas y a veces esfumadas ya sea por la represión exterior o por la íntima, la mayoría de los adolescentes realizan actos que pueden ser incluidos en algunos de estos medios de satisfacción que se acaban de citar.

Por otra parte, la conducta sexual es distinta en uno y otro sexo, pues en la mujer sigue pautas que se alejan de la observada por el varón debido a que sus impulsos sexuales están menos centrados en sus órganos genitales, el orgasmo no está tan completamente identificado con la función sexual; el impulso sexual en ella es más generalizado y se satisface con prácticas orientadas menos directamente hacia la sexualidad. Por el con-

trario, en el hombre el impulso sexual se centra en los órganos sexuales, y hay una estrecha relación entre sexo, orgasmo y genitales.

En íntima relación con los fenómenos sexuales de la pubertad aparece también el orgasmo, el cual va a matizar las actividades psicosociales.

Desde el punto de vista sexual, el fenómeno denominado orgasmo es un complejo sensorial, visceral y muscular (quinestesia y cenestesia) con que culmina el acto sexual y tiene carácter consciente.

El término orgasmo significa ardor.

El orgasmo se presenta en ambos sexos con características diferentes; para el hombre, culmina el acto sexual y coincide con el momento de la eyaculación, es rápido e indispensable para la relación sexual. En la mujer es lento y no necesario para el acto sexual. El orgasmo constituye una forma de vivencia sexual y por lo tanto las vivencias del trato sexual tendrán características diferentes en cada sexo.

La mayor parte de los investigadores coinciden en considerar que la primera actividad sexual normal es la masturbación o autosexualidad en ambos sexos.

Carlota Bühler (38) presenta estadísticas que comprueban que el 85 al 90% de los adolescentes varones se masturba y que por parte de las adolescentes femeninas el porcentaje es menor. Los estudios de Kinsey (25), además de encontrar una extrema variabilidad de las actividades sexuales en los seres humanos, demuestran también que la masturbación es común a ambos sexos. Esta práctica como actividad propia de la adolescencia se inicia en el período prepuberal, llega a su plenitud durante la pubertad y descende en frecuencia al fin de esta edad y al principio de la juventud. Sin embargo, existe un gran número de casos en que personas de uno y otro sexo continúan practicándola en plena edad adulta y aún en la ancianidad. En términos generales esta forma de actividad sexual se practica hasta que es reemplazada por las relaciones sexuales. En ciertos casos reaparece cuando estas relaciones se interrumpen y a menudo en la mujer, después de los 30

años es una práctica frecuente como medio de obtener el orgasmo al que no llega comúnmente, por lo menos con la misma facilidad, con las relaciones sexuales.

Puede definirse como masturbación la autoestimulación deliberada que produce excitación erótica y satisfacción sexual.

Esta estimulación puede practicarse hasta alcanzar el orgasmo o sin llegar a él, así como puede ser practicada con el objetivo de obtenerlo o sin ese fin.

Etimológicamente (24) se deriva del término "mano" y del estupro que forman el verbo latino "masturbare", que significa: profanar con la mano.

Aunque la etimología de la palabra asocia el fenómeno con el término mano las técnicas comúnmente empleadas para la estimulación, particularmente en la mujer incluyen otros medios o simplemente el aspecto psíquico. Comúnmente el término masturbación asocia la idea de la estimulación táctil de los órganos genitales externos en el hombre, pero para la mujer incluyen todas las actividades que proporcionan placer sexual, como por ejemplo,

frotar, rascar, presionar, rozar, etc., diversas zonas del cuerpo humano sean los órganos genitales, las zonas comúnmente conocidas como erógenas o bien diversas partes sin relación con el aparato sexual como son la nariz, las orejas, o ciertos actos no propiamente sexuales.

Se ha intentado por medios técnicos de identificar el fenómeno de la masturbación para conocer su fisiología básica, sin lograr el objetivo ya que los elementos señalados son comunes a distintos tipos de conducta motivados por otras emociones como el miedo y la cólera.

La masturbación es un fenómeno que se observa en la mayor parte de los mamíferos, con menor frecuencia en las hembras aunque en algunas especies como las ratas, conejos, vacas, yeguas, etc., se ha observado muchas veces.

La investigación antropológica establece que la masturbación es ampliamente conocida entre grupos primitivos.

Las consecuencias que se derivan de este tipo de actividad sexual tanto físicas como psíquicas han sido exageradas

tradicionalmente. Siendo un fenómeno normal de la adolescencia no puede ser considerado como nocivo o patológico a menos que también se considere como patológica esta etapa de la vida humana.

La represión de esta práctica hecha en forma inadecuada puede ocasionar traumas psíquicos por sentimientos de culpa. Paul Lemkau (30) menciona que es considerable la angustia y el menosprecio que el varón siente por no poder dominar totalmente la masturbación aunque lo desee a la que considera como una práctica deplorable e inmoral.

Spranger (38) señala que el adolescente que se masturba sufre la perturbación psicológica que le origina la duplicidad de su personalidad, especialmente cuando el adolescente vive en un ambiente fuertemente represivo, pues entonces él vive en dos mundos distintos y opuestos: uno el público, normal que considera puro y limpio y el otro, cuando se encierra en su práctica solitaria, clandestino, secreto, y que considera impuro y perjudicial.

Al mismo tiempo contribuyen a la perturbación psicoló-

gica los esfuerzos que el adolescente hace para poner fin a estas manipulaciones, sin lograrlo en la mayoría de los casos.

La masturbación puede ser considerada como una persistencia sexual de la infancia pues lo que caracteriza a la adolescencia en rigor es la búsqueda fuera de sí mismo de la satisfacción de sus impulsos sexuales.

La segunda etapa de la evolución de la sexualidad corresponde a la fase de homosexualidad.

Al iniciarse la adolescencia el impulso sexual es dirigido bajo diferentes formas hacia personas del mismo sexo.

Algunos autores, como Juan Blüher e Isabel Busse Wilson (citados por Spranger (43)), dicen que la etapa de homosexualidad que se observa en la adolescencia, es una fase transitoria de la evolución que posteriormente es reprimida en la mayor parte de los casos.

El término homosexualidad ha sido aplicado comúnmente para designar las relaciones sexuales o psíquicas entre individuos del mismo sexo.

Deriva de la raíz griega “homo” que significa igual, semejante y no como se cree por algunas personas del término latino homo que significa hombre. Posteriormente ha sido adoptado para señalar la antítesis del vocablo heterosexual que se usa para referirse a la relación sexual entre individuos del sexo opuesto.

Existen numerosos sinónimos de este término, tanto en el terreno científico como en el ambiente popular. Los más empleados han sido los siguientes: amor homogéneo, contrasexualidad, homoerotismo, uranismo, etc. El homosexualismo femenino ha sido también denominado lesbianismo o amor lesbiano y a las que lo practican lesbianas, término immortalizado en sus poemas por la poetisa Safo, que vivía en la isla de Lesbos.

La homosexualidad de la época inicial de la adolescencia no reviste las formas ni las reiteraciones que se describen habitualmente en la homosexualidad del adulto o verdadera inversión.

Quizá la forma más generalizada de homosexualismo en

los varones de la etapa juvenil, es la masturbación recíproca.

La homosexualidad de las adolescentes femeninas tiene otros matices; muchas actividades de índole diversa satisfacen el impulso sexual. El trato amistoso y fraternal entre amigas, con expresiones afectuosas y contactos corporales generales que son aceptados universalmente como "normales", constituyen una forma de homosexualidad. En varias ocasiones progresan hasta llegar a constituir verdaderos juegos sexuales.

La homosexualidad femenina produce menos perturbaciones de la actividad social que la de los varones y tienen menor tendencia a persistir en edades posteriores como forma de satisfacción del impulso sexual. Las muchachas homosexuales no son promiscuas por regla general sino que realizan estas actividades con una sola persona y por corto tiempo.

La inexperiencia, el temor, la incitación, los ambientes propicios, la influencia de personas adultas anormales sexualmente o un snobismo intelectual mal entendido, son los principales factores que estimulan el desarrollo de estas tendencias homose-

xuales haciéndolas adquirir el carácter de una auténtica inversión, de una desviación permanente del impulso sexual (38).

En algunos casos, el homosexualismo puede desarrollarse debido a una constitución orgánica anormal, viriloide en la mujer, feminoide en el hombre constituyendo un verdadero estado de intersexualidad.

Cualquiera que sea su origen el hecho fundamental es que la homosexualidad constituye un peligro de gran magnitud para la adolescencia ya que puede llevarla a una permanente desviación sexual o a una debilidad acentuada de la actividad sexual normal así como a las repercusiones psíquicas que se derivan como son ansiedad, angustia y sentimientos de culpa.

Rebasada la etapa de homosexualidad se inicia entonces la etapa de heterosexualidad o de actividad normal que se caracteriza porque las actividades de esta índole se realizan con individuos del sexo contrario.

Las experiencias sexuales de este tipo durante la adolescencia, tienen también hondas repercusiones tanto en el aspec-



to físico como en el psíquico y social.

Biológicamente una actividad temprana derivada de la presión ejercida por el medio ambiente, principalmente por los compañeros que han tenido mayores experiencias y la propia curiosidad siempre acompañada de temor crea diversos problemas en el adolescente.

Desde luego, aunque no sea el de mayor importancia, encontramos el de la adquisición de cualquiera de los padecimientos venéreos pues las personas del sexo femenino que están a su alcance para la práctica de estas actividades, son en la mayoría de los casos mujeres promiscuas, prostitutas profesionales o no, pero que por su promiscuidad son portadoras de tales padecimientos y fuentes de transmisión con mucha frecuencia.

En el aspecto psicológico otro problema también importante es el provocado por su inexperiencia y torpeza en estas actividades, que pueden interpretar como impotencia, que los puede llevar por su repetición, a estados de frustración, ansiedad y verdadera impotencia psíquica.

Otro problema no menos interesante es el señalado por Spranger: la separación de lo erótico y lo sexual, característica psíquica de esta edad, trae aparejada la desilusión, el asco y la repugnancia por la vida al experimentar la relación sexual con una persona con la que no se tiene más lazo que la atracción puramente sexual.

En el terreno social la actividad heterosexual precoz plantea problemas de diversa índole que afectan la vida del adolescente; tales son, por ejemplo, los casos de paternidades prematuras que a su vez se enlazan íntimamente a una constelación de repercusiones sociales que cambian o rompen el desarrollo y la vida misma del joven.

En la mujer adolescente, la etapa heterosexual tiene otras facetas. La relación sexual normal sólo le es permitida dentro del matrimonio. Las actividades de esta índole prematrimoniales son anatematizadas por la mayor parte de las sociedades en sus códigos morales y religiosos.

Sin embargo, un número elevado de jóvenes realiza este

tipo de actividades fuera de matrimonio.

En los E.U.A. Kinsey (24) encuentra que la práctica de la relación heterosexual normal fuera de matrimonio, de las jóvenes adolescentes fué de 3% para las de 15 años de edad, 20% para las de edad comprendida entre los 16 y 20 años de edad, 35% para las de 21 a 25 años, elevándose hasta el 50% en la edad adulta.

Esta actividad precoz de las adolescentes femeninas plantea también graves problemas como son: hijos ilegítimos, matrimonios obligados, precoces y fracasados, prostitución, aborto criminal, infanticidios, inversión sexual, que deben ser abordados por una educación específica de la adolescencia que requiere orientación y ayuda para rebasar estas etapas de su evolución y alcanzar la madurez por el camino de la normalidad y la salud física y mental.

CAPITULO IV

CONCEPTO DE HIGIENE MENTAL.

De acuerdo con la definición aceptada por la OMS: “la salud es un estado completo de bienestar físico, mental y social y no sólo la ausencia de enfermedades”.

Se puede definir la salud mental (32) como un estado de bienestar emocional, derivado de la relación armónica y equilibrada entre la realidad interna y la externa del sujeto, que se manifiesta: por la capacidad de llevar relaciones armoniosas interpersonales, por la productividad, por la estabilidad y por la adaptabilidad a situaciones difíciles de la vida; así como por el sentido de cooperación con los demás, la actitud de amabilidad y comprensión de sus semejantes y por la canalización adecuada de la agresividad natural de su ser biológico.

Una salud mental ideal, sólo puede concebirse, naturalmente en una sociedad idealmente organizada que permita el desarrollo de las potencialidades constructivas del ser humano.

En una sociedad sana que aporta todos los medios nece-

sarios para que el hombre satisfaga sus necesidades básicas: de seguridad, afecto, reconocimiento, etc., los valores morales serán elevados y lo bueno, lo justo y lo verdadero serán considerados como auténticos y legítimos valores humanos.

Por esta razón, la salud mental del individuo tiene una estrecha relación con todos los ambientes para el desarrollo de su personalidad, en el seno de la familia, en la escuela, en el trabajo y en la sociedad en general.

La salud mental es una magna obra en la que todos debemos poner todos los recursos a nuestro alcance a fin de lograr el bienestar emocional y el óptimo desarrollo del hombre.

Las actividades técnicas que se desarrollan para la promoción y mantenimiento de la salud mental constituyen la Higiene Mental.

En uno de los congresos internacionales de salud mental (32) se dió la siguiente definición de Higiene Mental: "la Higiene Mental trata de elevar al hombre al desarrollo máximo de sus capacidades y potencialidades a fin de que rinda al mundo su

mejor tributo y sepa de una vida rica y plenamente vivida.

Para J. A. Hadfield (22) la Higiene Mental se refiere a la conservación de la salud mental y la prevención del trastorno mental siendo su principal función el mantenimiento de la salud mental. Considera además, que en la práctica, la Higiene Mental incluye también el tratamiento de los desórdenes mentales para evitar el desarrollo de los mismos en el futuro y que todos los desórdenes psiconeuróticos revisten la mayor importancia por su prevalencia constante en la población y por ser causa de gran incapacidad, sufrimiento y ansiedad.

D. B. Klein (26) define la Higiene Mental como la realización, el mantenimiento y la eficiencia de la salud mental. Se han emitido otras opiniones por numerosos autores.

Podemos considerar la Higiene Mental como el arte científico que tiene por objeto mantener y promover la salud mental y prevenir los desajustes mentales.

La Higiene Mental señala rutas y caminos sanos para alcanzar el óptimo desarrollo de la salud mental y por tanto de

la felicidad.

Su estudio (32) comprende 3 campos: a)—el campo del individuo, b)—el campo de la colectividad y c)—de las enfermedades sociales o noxas.

En el plano individual, la Higiene Mental estudia la promoción de la salud mental y prevención de las enfermedades mentales en todas las etapas evolutivas de la vida humana, desde la etapa prenatal hasta la etapa final de la ancianidad; hay pues, un capítulo de Higiene Mental prenatal, preescolar, escolar, de la adolescencia, de la adultez y de la ancianidad.

En el campo de la colectividad la Higiene Mental se encarga de:

Higiene Mental de la familia, escolar, del trabajo, de la publicidad, de las diversiones, de la vivienda, rural y de grupos inmigrantes, en el ejército y la armada.

La Higiene Mental en el campo de las enfermedades sociales comprende la Higiene Mental: del alcoholismo, de los productos tóxicos, de la delincuencia, de la prostitución, de las en-

fermedades crónicas que producen cambios en el carácter, y de las neurosis colectivas.

CAPITULO V.

HIGIENE MENTAL DE LA VIDA SEXUAL DEL ADOLESCENTE.

Para los fines de este trabajo únicamente se hará referencia al capítulo de la Higiene Mental del adolescente y se enfocará particularmente el aspecto de la Higiene Mental de su sexualidad la que se consigue mediante la Educación Sexual, que día con día se impone más como una necesidad educativa imperiosa e inaplazable de la vida moderna.

La cuestión sexual ha sido siempre, desafortunadamente, tabú. Actualmente en todas partes, en nuestro ambiente social la casi totalidad de los padres de familia, asumen una actitud de enérgico rechazo y oposición al estudio de los problemas del sexo; ignorantes de la trascendencia y significado de la sexualidad, consideran una inmoralidad hablar de ella a los niños y a los jóvenes, a la vez que piensan que tal proceder, constituye una imperdonable estimulación de deseos e ideas malsanas perjudiciales para la mente juvenil.

Cerrando los ojos a la realidad biológica, en obstinada evasión de toda explicación, su mayor preocupación es ocultarlo todo, cubrirlo con un espeso velo de misterio, a la vista y a la comprensión del niño y del adolescente, en absurda actitud de espera de que se resuelvan por sí solos los numerosos problemas de la sexualidad humana.

Desde la niñez y en la adolescencia, la vida sexual y la solución de sus problemas pueden seguir una dirección errónea que induce al uso irracional de las energías sexuales.

Muchos males de la humanidad tienen aquí su origen de gravedad tal, como la delincuencia que constituye en numerosas ocasiones el sustituto de la actividad sexual.

La total ignorancia de los problemas sexuales, o la información inadecuada y torpe de los adolescentes es causa de perjuicios irreparables en su vida futura de adultos. Cuando los jóvenes han sido educados con un sano conocimiento de las materias sexuales y son encauzados en su evolución, no tienen el gusto desmedido por las cosas eróticas, la obscenidad y la pornografía, que

comúnmente se observa en los adolescentes deprimidos que no han recibido tal beneficio y son ignorantes o están mal informados. Además, los que han recibido la educación escapan a menudo de la influencia nociva de sus amigos o condiscípulos mayores, tan característica en los jóvenes de esta edad.

Por lo que se refiere a la actitud de los maestros, la situación actual es la misma. Se elude todo lo que se refiera al sexo y sus problemas. En nuestro país, en la Cd. de México, después de una visita practicada a escuelas secundarias y preparatorias, para hacer una investigación sobre cuáles con los programas de Higiene Mental que se desarrollan y qué actividades sobre Educación Sexual de los escolares, se han realizado, se encontró que en este aspecto no se hace nada por el adolescente.

La investigación se realizó en las Escuelas Secundarias: No. 2, 4, 10, 11, 13, 17, 28, 29, 38, 43, 45 y 62, así como en las Escuelas Preparatorias: No. 1, 2, 4, 5 y 6 investigando:

- 1.—Si existe algún curso de Higiene Mental.
- 2.—Si se tiene establecido un ciclo de conferencias sobre Educa-

ción Sexual.

- 3.—Si se realizan seminarios en los que tomen parte, maestros o conferencistas invitados.
- 4.—Si existe una asignatura específica dentro del plan de estudios en vigor a cargo de un higienista mental.
- 5.—Calendario de actividades de dicha asignatura.
- 6.—Cualidades del personal encargado de su ejecución.
- 7.—Obtención de datos sobre los grupos de estudiantes asistentes.
- 8.—Organización y selección de dichos grupos.
- 9.—Tiempo que tuviera de establecido el programa.
- 10.—Obstáculos que se hubiesen presentado y el modo como habían sido salvados.
- 11.—Concentración de datos obtenidos para hacer la evaluación de los resultados logrados hasta la fecha.

El resultado de nuestra investigación establece que no se lleva a cabo ninguna labor docente sobre Higiene Mental ni Educación Sexual. No se incluye ninguna materia dedicada a este fin en el plan de estudios que se sigue.

La totalidad de los Directores entrevistados opinaron que cualquier programa de Educación Sexual del adolescente que se intentara realizar estaría destinado a fracasar por la impreparación de los padres de familia, quienes reaccionarían violentamente rechazándola en unión de las autoridades religiosas y el resto del público, calificando de inmoral y altamente nociva esta educación para los jóvenes.

Algunos de ellos expresaron que están plenamente convencidos de que es indiscutible la necesidad imperiosa que existe de llevarla a cabo en nuestro medio, particularmente en esta hora, dadas las características que tiene la vida moderna de la Metrópoli, pero unánimemente coincidieron en la opinión de que en las actuales circunstancias, sería rechazada violentamente por el público en general y por la Iglesia Católica en particular así como en el temor que tienen de enfrentarse al problema de ser acusados de inmorales y morbosos y señalados como indeseables de continuar como mentores.

En la Escuela Secundaria No. 38 "Josefa Ortiz de Domín-

guez”, ubicada en Coyoacán y San Borja, informaron sus directivos que en años anteriores se intentó impartir un curso de Educación Sexual a los jóvenes, que fué motivo de escándalo público en el que tomó parte activa la Iglesia Católica haciéndose necesario suspenderlo en obvio de mayores dificultades.

Actualmente, sólo en la cátedra de Biología, la maestra aborda algunos problemas sexuales de manera superficial y somera pero sin que sea propiamente una orientación para los adolescentes ni un pequeño programa sistematizado y planeado para este fin.

En la Escuela Secundaria No. 45 ubicada en las calles de Pestalozzi, No. 216, asisten alumnos de ambos sexos. La dirección del plantel, a cargo actualmente de una profesionista, licenciada en Derecho, manifestó que convencida de la necesidad de orientar a las jóvenes educandas sobre la vida en el matrimonio, aprovechó la oportunidad que le brindaba su cátedra de Civismo para tratar en este tema, de hacer educación prenupcial y aconsejar a las alumnas, sobre matrimonio, maternidad, etc.

Su actitud fué mal interpretada; se le acusó de inmoral, de enseñar cosas sucias viéndose obligada a desistir de su empeño para dar fin al escándalo que le amenazaba y al peligro de perder su empleo.

Desde esta infortunada experiencia nada se ha vuelto a intentar sobre el particular y solamente en casos individuales, algunos maestros de reconocida solvencia moral y profesional, han aportado su consejo y experiencia para orientar a algunos adolescentes con problemas sexuales, de los que ha tenido conocimiento la Dirección.

Los casos más frecuentes han sido la adquisición de padecimientos venéreos por su ignorancia sobre los mismos.

Acude también, aunque de manera esporádica, una enfermera escolar, que dá algunas pláticas sobre Higiene, ilustradas con proyecciones cinematográficas alusivas, pero nada que se refiera a Educación Sexual.

En la Escuela Preparatoria No. 5, el plan de estudios fué modificado desde el año de 1956 incluyéndole un seminario

sobre Higiene Mental del Adolescente, que se realiza dos veces por semana con sesiones de una hora de duración; el programa está a cargo de médicos y psicólogos y las actividades consisten en la lectura del tema programado y su discusión posterior por todos los alumnos. Su enfoque está dirigido particularmente a orientar a los jóvenes sobre los problemas derivados de las relaciones del adolescente con la familia, el adolescente y su profesión. De manera secundaria se aborda el tema de: el adolescente y sus problemas sexuales. Los estudiantes eligen el tema que más les interesa; realizan la investigación correspondiente y posteriormente es discutido.

A pesar de que el tema de los problemas sexuales está incluido en el programa del seminario, no los aborda en toda su amplitud ni constituye una correcta Educación Sexual.

En el resto de las escuelas visitadas no se hace ninguna labor educativa al respecto ni se ha intentado establecerla en alguna época.

Como se desprende de todo lo mencionado, se puede ase-

gurar que en la actualidad no se realiza la Educación Sexual del adolescente en las instituciones educativas oficiales de la Cd. de México.

Los intentos fracasados que mencionan algunos de los Directores entrevistados demuestran que es esencial iniciar la Educación Sexual desde la infancia y para ésto, es condición fundamental comenzar por la Educación Sexual del adulto, es decir, de los padres de familia.

Es básico que los adultos (padres de familia) sean previamente sensibilizados para que acepten su educación y puedan conocer ampliamente los problemas sexuales comprendiendo con toda claridad el significado de los mismos y su repercusión en la vida del adolescente.

*La vida sexual es típicamente vaga en su iniciación y puede ser bien o mal interpretada. Las profundas repercusiones que tiene sobre la personalidad dependen de la forma en que se afronte la misma.

La ignorancia, el miedo, la repugnancia, cualquier otro

sentimiento causan alteraciones que se oponen al desenvolvimiento natural de esta vida sexual y oprimen emocionalmente al adolescente.

La solución satisfactoria de los problemas de su sexualidad estará en relación directa con la forma en que se realice la evolución sexual desde la época infantil. Esta evolución sexual del niño debe ser un proceso evolutivo en que participen armoniosamente lo intelectual, lo emotivo y la vida activa, de acuerdo con un ideal de alta cultura sexual con el fin de que se produzcan actitudes apropiadas para la realización justa de los fines de la sexualidad.

La falta de orientación, la falta de preparación para la vida sexual, conduce al adolescente a experiencias tempranas e indeseables, cuando no a desviaciones. Gonzalo R. Lafora (27) presenta un lamentable panorama de los resultados desastrosos de esta actividad sexual precoz, con estadísticas impresionantes.

Señala, este autor, que en Austria y Alemania las investigaciones realizadas, demuestran que la quinta parte de los estu-

diantes, comprendidos entre las edades de 13 a 15 años sufren de enfermedades venéreas adquiridas en sus visitas a los prostíbulos, por desconocimiento de los problemas sexuales. Muchos de estos jóvenes, transmiten sus padecimientos a niñas inocentes de su misma edad.

Estudios efectuados en Norteamérica por H. Barnes establecen que aproximadamente el 50% de los adolescentes practica las relaciones heterosexuales, iniciándose generalmente con prostitutas profesionales, sirvientas o amigas complacientes de la familia. Con frecuencia, muchos han sufrido los rigores de los conflictos legales, al presentarse el embarazo de jovencitas inexpertas.

Las mujeres adolescentes no escapan de estas actividades prematuras; el mismo autor, señala que el 25% de las jóvenes, en su mayoría estudiantes de secundaria y colegios universitarios las practicaban.

Cuando las muchachas han sido protegidas hasta la ignorancia por padres severos (28), de moral rígida y confinadas a

una vida sedentaria dentro del claustro familiar, el hombre y el sexo, se transforman en motivos de morbosa curiosidad para sus mentes.

Privadas de la relación social con otros jóvenes exageran su fantasía y divagan con imágenes sensuales. El fantaseo sobre el amor y el hombre hace que algunas se tornen tímidas e inhibidas en el área sentimental y en cambio otras, de temperamento sensual, son impelidas a vivir peligrosas aventuras a la primera ocasión.

Su acercamiento al hombre se traduce en proyecciones de gran intensidad debido a la fuerte y prolongada represión de sus deseos, con peligro de caer en situaciones comprometidas por su inexperiencia e ingenuidad.

La necesidad de vivir experiencias sexuales de la joven la pueden impulsar a llevar a cabo actos que van a acarrearle una serie de complicaciones en su vida pudiendo incluso llegar a ser el principio de su prostitución.

Algunas por su natural pasividad y otras por su defi-

ciencia mental son víctimas fáciles de la explotación y perversión que las conduce a la prostitución, a la mendicidad o a la delincuencia. Su vida está llena de historias de abusos, violaciones, explotaciones brutales y transcurre o termina en las instituciones correccionales, en los hospitales o en el manicomio.

Otras, de temperamento dinámico se desbordan en su fantasía y en su amor propio; su voluntad las torna audaces sin escrúpulos y caen también en la corrupción o en el delito de lo que se enorgullecen y alardean.

En las grandes ciudades de Europa como Berlín, París y Londres, la prostitución alcanza proporciones gigantescas y en elevada proporción afecta a las adolescentes.

Otros problemas no menos importantes, derivados de las actividades sexuales de los adolescentes, son un flagelo universal de esta etapa de la vida humana; tales son: la elevada natalidad ilegítima de madres jóvenes, el incremento del aborto

criminal, el gran número de divorcios de matrimonios juveniles desavenidos, así como la trágica incidencia de los suicidios que reconocen como causa fundamental motivos sexuales, derivados de las diversas sustituciones de la actividad sexual.

La organización inadecuada y defectuosa de la vida sexual del adolescente (27); su desajuste emocional y su actitud conflictiva entre su sexualidad imperiosa y la represión que le han impuesto códigos severos, morales y religiosos, desde su niñez, son motivo de numerosos casos de neurosis sexual y la oculta raíz del donjuanismo imperante, de la sexualidad epidémica sin amor del prostíbulo, del flirteo de las semivírgenes, del narcisismo himeneal y de tantas perversiones sustitutivas que agobian a la humanidad.

La falta de una Educación Sexual natural, determina en los jóvenes un sentimiento de inferioridad en el aspecto moral. Un sentimiento de culpa, de remordimiento constante, nacido de la

falsa interpretación de que todos los actos derivados del impulso sexual, son indebidos y pecaminosos, lo coloca en una situación de inferioridad haciéndolo avergonzarse de sí mismo.

Este sentimiento de inferioridad es la motivación de sus cambios de conducta que se traducirán en una crisis de desconfianza en relación con sus padres, sus maestros, las personas del sexo opuesto, etc.; por una sobreestimación de sí mismo, para compensar la desvalorización de los demás y por la huida de la realidad (escapismo) por el camino de la sublimación, unas veces, ya sea en el amor romántico, en las actividades artísticas, deportivas, religiosas, etc., o bien, en otras ocasiones por el camino desviado de las perversiones, los tóxicos y el suicidio.

Por todo lo anteriormente expuesto se comprende que cada día se afirman más en el consenso general la necesidad imperiosa e inaplazable de una Educación Sexual del adolescente, que le permita conocer claramente los problemas sexuales, el signifi-

cado de la sexualidad y la importancia de las experiencias en su propio cuerpo, a la vez que encontrar la respuesta a sus dudas y el alivio a su ansiedad.

Es necesario encarar con decisión el tabú ancestral del sexo pues es posible ser franco y realista al tratar de la sexualidad y sus problemas, sin olvidarse de las normas morales.

Se puede edificar una moral sexual basada en forma racional dando al sexo el lugar que le corresponde en la integración de la vida; de esta manera, ni el principio ni el fin de la vida serán interpretados por el adolescente como cosas sucias.

Una moral sexual no se inculca impositivamente, ni con amenazas ni con castigos. La moral sexual se aprende día con día, en el seno de la familia. La moralidad surgirá de un sentido de autorrespeto y del respeto a los demás.

Lo desaconsejable en todo caso, es como dice Carneiro Leao (9); la conspiración del silencio en torno a todo lo que

se refiere a los problemas sexuales del adolescente.

Nunca será demasiado insistir en que las evasivas, los subterfugios acerca de la cuestión sexual, tendrán como corolario en el adolescente una agudización de su condición y de su curiosidad por lo vedado.

Es una necesidad inaplazable impartir esta enseñanza sexual en una forma gradualmente evolutiva que debe iniciarse desde la etapa prepuberal y ser realizada por el padre o la madre según el caso, o bien por un médico de confianza y amigo o en su defecto por un legítimo educador.

Sería sumamente peligroso dejar el tratamiento de estos problemas en manos de personas impreparadas que carecen de los conocimientos suficientes sobre la adolescencia, y de la solvencia cultural y moral indispensables.

La Educación Sexual debe ser manejada por personas expertas, que han recibido una preparación técnica específica.

La Educación Sexual no es una simple instrucción sobre los fenómenos de las funciones sexuales sino que requiere una actitud lúcida de los padres o de los educadores, una higiene adecuada, salud física y una vida de actividades en armonía con las necesidades y los intereses vitales de los adolescentes.

En algunos países, por ejemplo Francia (33), se ha cometido el error, en alguna ocasión, de hacer de la Educación Sexual un curso de higiene individual reducida al capítulo de la prevención de las enfermedades venéreas. Aunque es indiscutible que este conocimiento tiene su propia importancia y es conveniente para el adolescente, de ninguna manera resume toda la Educación Sexual ni toda su importancia y su significado.

La Educación Sexual es algo más que eso. Es su propósito esencial, el aseguramiento de que las experiencias del adolescente de sus funciones sexuales, se integren satisfactoria y ade-

cuadamente a medida que se vayan produciendo y que en la estructura de su personalidad se consoliden para que sea capaz de adaptarse a las situaciones de periódica tensión y tirantez, de su vida.

La Educación Sexual debe comenzar desde la infancia construyendo fundamentos, para quedar completa, virtualmente, en el momento que llega la adolescencia.

No puede limitarse a una sola etapa de la vida del hombre sino que debe ser continua, cíclica, evolutiva; al iniciarse en la niñez en el momento en que el niño inquiere sobre el misterio del origen de la vida, sobre la reproducción y la sexualidad, debe continuarse en las etapas sucesivas de la pubertad y la adolescencia orientada siempre hacia una moral normativa de la conducta del adulto, con el propósito fundamental de lograr que en el individuo se produzcan actitudes apropiadas para la solución de los problemas de las funciones sexuales. Lo importante no es lo

que se piense o se conozca de los problemas de la sexualidad sino las actitudes y el comportamiento sexual que se adopten.

Para llevar a cabo una verdadera Educación Sexual es indispensable comenzar por la ilustración sexual del adulto, es decir de los padres, los maestros y demás personas que tienen una estrecha y directa relación con el adolescente.

Un gran número de personas, adolescentes y adultos se encuentran mal adaptados en este aspecto de su vida personal y social; en cualquier época de la vida se puede intentar una reeducación sexual destinada a corregir conceptos, actitudes y formas de conducta equivocadas o indeseables.

La debida preparación de estas personas permitirá que a su vez impriman una buena orientación y dirección al niño y más tarde al adolescente formándoles buenos hábitos y buenas actitudes cuyo objetivo fundamental será sublimar las tendencias

del impulso sexual o canalizarlos hacia actividades constructivas y sociales.

CAPITULO VI

HIGIENE MENTAL Y EDUCACION SEXUAL DEL ADOLESCENTE.

Es indiscutible que la Educación Sexual no es diferente en sus normas y lineamientos generales, de la educación en general. Las reglas aconsejadas son las mismas.

Un programa de actividades educativas sobre el tema sexual estará trazado sobre la base de tener en cuenta los siguientes conceptos:

- 1.—Tomar en cuenta la personalidad de cada joven.
- 2.—Considerar el nivel intelectual del educando.
- 3.—Orientación de la Conducta.
- 4.—Mantener el sentido de autoridad racional sobre los jóvenes.
- 5.—Luchar por la obtención de su confianza y por último,
- 6.—Impartir el conocimiento sin menoscabo de la personalidad del

educando.

La Educación Sexual para ser completa debe comprender tres aspectos (12):

- 1.—Conocimiento del problema.
- 2.—Educación Emocional.
- 3.—Orientación de la Conducta.

1.—El conocimiento de las cuestiones sexuales es una fase informativa, intelectual, que deberá abarcar los puntos de vista anatómico, fisiológico, psicológico y social, en cantidad y calidad adecuadas para proporcionar una visión integral de estos problemas. La calidad deberá ser eminentemente científica y se tendrá en cuenta la actitud del educador. En ocasiones, esta actitud es decisiva en la formación de las actitudes del educando. Las personas encargadas de impartir la Educación Sexual (padres, maestros, médicos, etc.), deben revisar su propia formación sexual para corregir actitudes equivocadas hacia el sexo que en cualquier momento

pueden proyectarse sobre los adolescentes al tratar el tema. La información deberá ser complementada orientando a los jóvenes sobre las fuentes científicas, serias y eficaces en donde pueden ampliar sus conocimientos para precaverlos contra la abundante literatura de contenido dudoso que existe sobre el particular y que dado su carácter pueden agudizar sus problemas en lugar de ayudarlos a resolverlos.

El programa trazado para impartir este conocimiento estará destinado a llenar los siguientes objetivos:

A).

- 1.—Sensibilización de los padres de familia para que acepten los programas de Educación Sexual y permitan que se impartan ciclos de conferencias, cursos de orientación, etc., a sus hijos adolescentes sobre los problemas de las funciones sexuales.
- 2.—Información general a los padres de familia sobre el fenómeno de la sexualidad y los problemas que se derivan de la misma

en la vida de los adolescentes.

- 3.—Educación de los padres para que se encuentren capacitados de tratar los problemas de la sexualidad de sus hijos, ya que son los naturales encargados de hacerlo, a través de una orientación adecuada y racional.

La información y educación de los padres se llevará a cabo con sumo cuidado, por medio de pláticas sencillas, claras y amenas, ilustradas con todo el material audiovisual que sea posible obtener, como proyecciones fijas, películas cinematográficas documentales y científicas, etc., que se encuentren al nivel cultural y mental de los mismos y permitan su fácil comprensión.

Los temas tratados en estas charlas se referirán a los conocimientos anatomofisiológicos del aparato genital del niño y del adolescente en ambos sexos, su evolución, sus repercusiones psíquicas, su significado y sus cuidados higiénicos, suministrando

una información elemental, básica pero racional y al alcance de su cultura y nivel intelectual.

Se extenderán a impartir también orientación y consejos sobre la conducta que deben seguir en la educación del niño y de los jóvenes hijos así como en sus relaciones conyugales, en las de padres a hijos, etc., tratando de establecer normas de Higiene Mental.

B).

Información a los adolescentes de ambos sexos sobre el fenómeno de la sexualidad sus fines y su significado.

Para la información directa a los adolescentes de ambos sexos la Educación Sexual consistirá en pláticas médicas a grupos de jóvenes separadamente, a cargo de un educador idóneo de prestigio y autoridad reconocidas, el que podrá ser un médico, un maestro u otra persona que reúna tales requisitos; procurando

que el educador sea del mismo sexo que el grupo de educandos: mujer para las jóvenes y hombre para los varones.

El objetivo de esta ilustración es disminuir el misterio que envuelve estos asuntos para el adolescente, misterio que mantiene su obsesión sexual.

Con estas pláticas se les impartirán conocimientos anatómo-fisiológicos del aparato sexual, su significado y los principales cuidados higiénicos.

En lenguaje sencillo, claro, sin tecnicismos se les explicarán los caracteres fundamentales de su estructura somática y funcional, de manera gráfica amena y breve, ilustrada en lo posible con el material audiovisual de que se pueda disponer.

El propósito de esta información es lograr que no queden en la mente de los jóvenes dudas o incertidumbres, curiosidad normal insatisfecha, malicia, ni tampoco conflictos emocionales o



FILOSOFIA
Y LETRAS

sentimientos de culpabilidad debidos a falsas valoraciones de los problemas y de la vida sexual.

Una regla invariable será la de no aprovechar estas pláticas para hacer reconvenciones o predicar sobre moralidad; es una lamentable equivocación incurrir en este error, porque los adolescentes muestran siempre hostilidad a las máximas morales puramente convencionales a las que no prestan ninguna atención ni obtienen de ellas utilidad alguna.

Las charlas pueden efectuarse en las aulas escolares o en salones adecuados de clubes juveniles, etc. En algunas oficinas aplicativas de dependencias oficiales se pueden organizar grupos de jóvenes de ambos sexos y de edades semejantes, para que acudan a pequeños ciclos de enseñanza con programas y horarios adecuados.

Al realizar estos programas de Educación Sexual se hará hincapié en explicarles con toda claridad las grandes diferen-

cias de edad que puede haber, dentro de la normalidad, en la aparición de las transformaciones de su estructura somática, que caracterizan la pubertad.

En muchos casos, el conocimiento de estos hechos aliviará la tensión que sienten, cuando al compararse con otros jóvenes de la misma edad cronológica pero no fisiológica, se creen anormales.

Al tocar el tema de la masturbación, el educador adoptará una actitud de simpatía y de orientación, rechazando los conceptos erróneos populares sobre su pretendido perjuicio o su naturaleza pecaminosa e inmoral. La rectificación de estos conceptos, la explicación clara y sencilla de su significado ayudará a disminuir la angustia y el automenosprecio de que ya hemos hablado en capítulos anteriores.

Se insistirá en la conveniencia de “frenarse”, sin conceder excesiva importancia a esta tendencia a la autosatisfac-

ción erótica, procurando el convencimiento psicoterapéutico de los adolescentes para que abandonen estas prácticas que pueden conducirlos a una neurosis sexual ocasionada por el abuso. Esta relativa benevolencia sobre la masturbación que se insiste en aconsejar al educador, no indica de ninguna manera que deba considerarse como la solución de la necesidad sexual. En casos individuales especiales, las tendencias masturbatorias excesivas serán objeto de tratamiento psíquico. En todo caso, la orientación sexual que se imparte al respecto, deberá tener siempre un matiz fisiológico dirigido a la formación de una nueva moral sexual que aumente el sentido de responsabilidad y la sinceridad futuras en el amor y en el matrimonio.

En los adolescentes mayores, la Educación Sexual abordará los problemas derivados de las relaciones sexuales prematuras, sus peligros, su prevención, incluso la profilaxis de las enfermedades venéreas.

La información de las jovencitas, de edad prepuberal se enfocará fundamentalmente a prevenirlas antes de que la realidad fisiológica las sorprenda, instruyéndolas sobre la existencia y la finalidad de la menarquia. En las mayores que ya presentan esta fisiología serán instruídas sobre los peligros del embarazo como consecuencia de ciertos juegos sexuales que en muchas ocasiones hacen víctimas a adolescentes inocentes.

Como parte integrante de su Educación Sexual se les impartirán conocimientos que constituyan una verdadera orientación prenupcial, ilustrándolas sobre el matrimonio, la maternidad, la lactancia y el cuidado de los hijos.

El programa educativo de tipo sexual dedicado a informar al adolescente se complementará recurriendo a medios indirectos que prestan una ayuda inapreciable en la tarea de instruírlos, por ser estos medios de una influencia poderosa en la menta-

lidad y emotividad de los jóvenes; tales medios son: la literatura y las artes plásticas, la pintura y la escultura.

Existen numerosas publicaciones instructivas adaptadas a diferentes edades, muy ilustrativas y didácticas que deben ser cuidadosamente seleccionadas de la profusión de libros y literatura popular que existe en el mercado. Se evitará a toda costa esa literatura de dudoso contenido científico que bajo el disfraz de obras de divulgación científica popular, tratan temas sexuales con sensacionalismo, con carácter francamente pornográfico.

Por medio de la pintura y la escultura se hará al adolescente explicación de la motivación y su significado, de tal manera que la familiaridad con el desnudo bajo esta orientación, consigue de ellos una actitud razonada, digna, hacia la pureza de la naturaleza.

2.--La educación emocional constituye una fase formativa y consis-

te en el cultivo de las emociones y sentimientos del adolescente en sus relaciones con el sexo opuesto. Cada día se afirma más en el mundo científico, el concepto de que el hombre es una unidad biopsicosocial, por lo tanto, la Educación Sexual deberá ser integral es decir abarcará todos los niveles: físico, psíquico y social y la fase de educación emocional se encargará de la formación de conceptos claros de las funciones sexuales que eleven la calidad de las experiencias individuales y sociales, con base en el más alto ideal de la cultura humana.

Esta fase se ocupará de valoraciones y actitudes que tienen su raíz en el campo de la emoción y el sentimiento y se encauzará a lograr que el adolescente haga una valoración justa del sexo, eliminando sentimientos de culpabilidad de experiencias normales y desarrollando un sentimiento de libertad hacia ellas, consciente y responsable. El joven deberá comprender que el sexo es una de las más grandes responsabilidades del hombre y éste

debe sentirlo desde que surge el impulso sexual en toda su potencia biológica.

3.—La orientación de la conducta se refiere a las relaciones con el sexo opuesto. Los sentimientos sociales que alcance el adolescente influirán poderosamente en dar calidad a su vida sexual. El ajuste satisfactorio con el sexo contrario demanda una serie de oportunidades dirigidas desde los primeros años que lleven a una mutua adaptación de cada uno con respecto al otro sexo. Ayudará a esta adaptación el conocerse por medio de un trato social frecuente que se realiza en una amplia variedad de situaciones (estudios, recreaciones, servicios a la comunidad, arte, etc.), adaptación que llevará a los jóvenes a la heterosexualidad y posteriormente a la solución del problema sexual en la forma más satisfactoria que establece nuestra cultura actual: el matrimonio monogámico.

La adaptación social con el sexo opuesto es la finali-

dad de los programas de Educación Sexual en el capítulo llamado: “coeducación”, entendiéndose por coeducación no sólo la coinstrucción de niños y jóvenes de ambos sexos en una misma aula de la escuela, sino la formación continuada de un concepto del mundo, de un ideal de la vida, conjuntamente en ambos sexos (27).

Ha sido comprobado por los investigadores, que mediante la coeducación las relaciones entre ambos sexos, carecen de las represiones que se observan a menudo en los jóvenes que han recibido la educación unisexual.

De la convivencia de ambos sexos en toda clase de actividades diarias como son los juegos, los deportes y el trabajo en común, surge el establecimiento de sentimientos de respeto mutuo, de camaradería, sin prejuicios de superioridad varonil sobre la mujer lo que se traduce más tarde en una mejor preparación para la vida social.

La coeducación bien orientada y bien dirigida inspira a los varones mayor deseo de brillar y a las muchachas mayor preocupación de agradar. Es un hecho de observación frecuente que en los establecimientos educativos mixtos, la disciplina y el ambiente moral es superior a los de carácter unisexual, como son los internados.

Naturalmente que la coeducación no puede ser establecida bruscamente de manera torpe en grupos de adolescentes sin antecedentes de coeducación infantil.

El éxito de este medio depende enteramente del educador y de su conducta constante vigilante y acertada.

Muchas observaciones realizadas sobre la coeducación encuentran mayores ventajas para este tipo que para la educación separada por sexos; en general bajo la influencia de ella los varones son más serios, de mejores modales, de mayor moralidad. Cada sexo tiende a afirmarse instintivamente mediante sus

cualidades propias.

Como en la organización social presente, por numerosas razones, el adolescente no puede resolver su problema sexual, dentro de las normas establecidas (matrimonio), la orientación impartida debe ayudar al joven a mantener su problema sexual en el más bajo nivel de exigencia. La solución de esta dificultad puede lograrse con la promoción sobre las actividades y los intereses afines a los adolescentes, que tienen como objetivo inmediato, emplear su gran capacidad vital y creativa en la realización de actividades constructivas que le distraen de su obsesión sexual. Por medio de ellas las energías sexuales son canalizadas o sublimadas.

Consisten fundamentalmente (33) en la práctica de ejercicios físicos, juegos deportivos, excursiones campestres no sólo recreativas sino con matices culturales en las que se aprovecha el contacto directo de la naturaleza para el mejor conocimiento

del mundo exterior y de la vida. Pueden aprovecharse para despertar la afición a la colección de plantas, insectos o minerales, que a la vez que divierten instruyen; trabajos manuales, oficios o artesanías que ocuparán la mente y consumirán gran parte de las energías vitales derivadas del impulso sexual.

Estas actividades deben ser organizadas y planeadas con el mismo cuidado que se pone en los trabajos intelectuales y traducirse en programas ricos en oportunidades de ayudar al adolescente a la conquista del dominio emocional, a la disminución o desaparición del sentimiento de inferioridad que le caracteriza y al despertar de su interés por el bienestar de sus semejantes y de hacer cosas con un propósito definido y constructivo. Al mismo tiempo, se evitarán toda clase de estímulos innecesarios del impulso sexual como la asistencia a espectáculos pornográficos, la literatura psicalíptica, el uso del alcohol, etc.

La Educación Sexual del adolescente debe fructificar

en conseguir la adaptación satisfactoria del joven con el sexo opuesto en los aspectos físico, psíquico y social, contribuyendo de esta manera a la realización de la armonía social.

Papel del Psicólogo en la Educación Sexual del Adolescente.

Dentro de la magna obra de la Higiene Mental, el psicólogo desempeña un papel básico y fundamental en la realización de programas de acción y logro de metas de la Educación Sexual del adolescente.

El psicólogo debe pugnar por el establecimiento de Departamentos o Servicios de Psicología en todos los establecimientos escolares, que se encarguen de planear y ejecutar programas de orientación del niño desde sus primeros años escolares, en que se le enseñe a ajustarse en lo social y en lo emocional en la misma forma que se le enseña a leer o a jugar a la pelota. En estrecha colaboración con los maestros, pondrá su esfuerzo en lograr un desarrollo integral del educando, pues ya hemos visto que los problemas intelectuales del niño o del joven no pueden des-

vincularse de los problemas físicos, emocionales y sociales.

En las instituciones oficiales que tienen bajo su responsabilidad la salud del individuo y de las colectividades, la intervención del psicólogo tiene también un lugar preminente en que su actuación como orientador, educador y consejero es valiosa en los servicios de Higiene Mental prenatal, infantil, del adolescente, etc. y en conjunción con el médico, el maestro, el trabajador social, etc., toma parte activa en la resolución de los problemas que entraña la sexualidad.

Su participación es justificable en los programas de Educación Sexual en todos sus capítulos, particularmente la re-educación de los adultos (padres de familia, maestros, etc.), que necesariamente deben estar bien orientados en actitudes y conceptos de los problemas de esta naturaleza que afectan a los jóvenes a los que tratan de dirigir; asimismo el psicólogo es la persona más indicada para impartir la orientación prematrimonial

de las jóvenes adolescentes, por su preparación profesional y por su conocimiento de la personalidad humana.

Finalmente su colaboración es imprescindible, en consorcio con el médico para la rehabilitación y la resolución de aquellos casos en que los problemas sexuales del adolescente han rebasado los límites de la normalidad.

CONCLUSIONES :

- 1.—La adolescencia es la edad de la maduración y desarrollo de la sexualidad, de adquisición de la conciencia de su propia persona y de la afirmación de su personalidad, siendo por excelencia la época oportuna para lograr la adaptación social adecuada.
- 2.—La vida del adolescente está dominada por su gran capacidad vital y creativa y por los impulsos sexuales en toda su potencia biológica, los que deberán ser canalizados o sublimados por medio de actividades recreativas y culturales.
- 3.—El desconocimiento o la interpretación errónea de las funciones sexuales pueden ocasionar al adolescente graves problemas de orden físico, psíquico y social.
- 4.—Del análisis de los problemas sexuales de esta etapa de la vida humana, se desprende la imperiosa necesidad de educar

y orientar a los adolescentes hacia actitudes constructivas, por medio de la Higiene Mental de la Sexualidad.

5.—La Higiene Mental de la Sexualidad en lo que a Educación se refiere deberá llenar tres objetivos:

a).—Conocimiento del problema sexual.

b).—Educación emocional.

c).—Orientación de la conducta.

a).—La educación deberá iniciarse desde la niñez por medio de los padres, los cuales serán debidamente sensibilizados, adiestrados y orientados, teniendo cuidado de que revisen su propia formación sexual para corregir actitudes equivocadas hacia el sexo que pueden proyectarse hacia el educando, niño o joven, al impartirles la Educación Sexual.

El conocimiento del problema sexual es una fase informativa en que se administrarán conocimientos anatómicos, fisiológicos, psicológicos y sociales en forma integral.

b).—La educación emocional consistirá en la formación de conceptos claros de las funciones sexuales para lograr una valoración justa del sexo y hacer comprender a los jóvenes que es una de las más grandes responsabilidades que tiene.

c).—La orientación de la conducta consistirá en lograr que los adolescentes se ajusten satisfactoriamente con el sexo contrario por medio del trato social frecuente que finalmente los llevará a la heterosexualidad y a la resolución del problema sexual por medio del matrimonio.

6.—La adolescencia debe ser vista con respeto, tratada con sinceridad, dando toda la importancia que merecen sus problemas y sus necesidades, particularmente aquellos que la afectan en un elevado porcentaje, como la delincuencia juvenil, la prostitución, los vicios, etc., que son el resultado de su impreparación, de su falta de orientación y adaptación a la vida social moderna.

7.—La adolescencia es una etapa de la vida del hombre, que es necesario conocer y comprender profundamente pues en la actualidad, cuando ha sido orientada con oportunidad y de manera adecuada, la juventud constituye un factor muy valioso del progreso humano como lo prueba su intervención intensa y activa en distintos aspectos de la evolución social, política, cultural, etc., de nuestros días.

8.—Los adultos directamente relacionados con la vida de los jóvenes como son en primer lugar los padres y más tarde los maestros, tienen el deber de aconsejar y orientar sin imposición a los adolescentes, respetando su personalidad, en un acercamiento emocional hacia ellos, sin menoscabo de su autoridad racional, para contribuir a su afirmación y al logro de una moral normativa de su conducta futura como adultos.

9.—Debe promoverse la planeación y elaboración de un programa de Higiene Mental, particularmente de Higiene Mental de la

Sexualidad del adolescente, con la participación de las instituciones oficiales como son: Secretaría de Salubridad y Asistencia, Secretaría de Educación Pública, Instituto Mexicano del Seguro Social, etc., para ser realizado en las escuelas, centros culturales y sociales a que asisten los adolescentes.

- 10.—Es de recomendarse la utilización de los medios modernos de publicidad y difusión como son: televisión, cine, radio, teatro etc., para sensibilizar al público, preparándolo para la aceptación de este programa educativo en forma sumamente cuidadosa, meditada, de tal manera que no provoquen reacciones violentas del público y autoridades.

BIBLIOGRAFIA:

- 1.—Adler, Alfred.—Conocimiento del Hombre.—3ª ed. Ed. Espasa-Calpe. Madrid, 1957.
- 2.—————.—El Sentido de la Vida.—Ed. Latino Americana. México, 1956.
- 3.—Allers, Rudolf.—Pedagogía Sexual y Relaciones Humanas.—1ª ed. Ed. Luis Miracle. Barcelona, 1958.
- 4.—Arévalo, J. Juan.—La Adolescencia como Evasión y Retorno.—Buenos Aires, 1941, pp. 29,17.
- 5.—Ballesteros, Antonio. — La Adolescencia. — Publicaciones F.E.T.E. México, 1952, p. 40.
- 6.—Bonaventura, Enzo.—Psicología de la Edad Evolutiva.—1ª ed. Ed. Araluce. Barcelona, 1932.
- 7.—Bühler, Carlota.—Infancia y Juventud.—2ª ed. Ed. Espasa-Calpe. Buenos Aires-México, 1950.
- 8.—————.—El Desarrollo Psicológico del Niño.—6ª

- ed. Ed. Losada, S. A. Buenos Aires, 1958.
- 9.—Carneiro, Leao.—Adolescencia, sus Problemas y su Educación.—Reimpresión. Ed. U.T.E.H.A. México, 1960, p. 102.
- 10.—Carroll, A. Herbert.—Higiene Mental.—3ª ed. Ed. Continental, S. A. México, 1961.
- 11.—Cole, Luella., Morgan, J.B. John.—Psychology of Childhood and Adolescence. Third Printing. Rinehart & Company Inc. New York, 1949.
- 12.—Coronado, Mariano. Psicología y Salud Mental.—Ed. Orión. México, 1956, p. 84.
- 13.—Decroly, O. Problemas de Psicología y Pedagogía.—Fco. Beltrán. Madrid, 1929.
- 14.—Espinalt Muñoz, C.—Psicología de la Familia.—Ed. Toray, S. A. Barcelona, 1957.
- 15.—Etchepare, Armonía.—Educación de la Adolescencia.—Ed. Herrero. México, 1957.

- 16.—Farnsworth, L. Dana.—Mental Health in College and University.—Cambridge, Mass. Harvard University Press, 1957.
- 17.—Frangos, Ifigenia.—El Sexo en los Sentimientos de Inferioridad.—México, 1956.
- 18.—Freud, Sigismund.—Una Teoría Sexual y Otros Ensayos.—Ed. Americana. Buenos Aires, 1943, pp. 62-94.
- 19.—Gemelli, Agustín.—Psicología de la Edad Evolutiva.—2ª ed. Ed. Razón y Fé, S. A. Madrid, 1957.
- 20.—Gesell, Arnold., Frances, L. Ilg., Bates Ames, Louise.—El Adolescente de 10 a 16 años.—2ª ed. Ed. Paidós. Buenos Aires, 1960.
- 21.—Glasser, William —Persona y Ego.—Herrero Hnos. México, 1961.
- 22.—Hadfield, J. A. — Psychology and Mental Health.—George Allen and Unwin LTD. Second Impression, 1952, by Bradford and Dickens, London, WC. I. p. 11.
- 23.—Havelock, Ellis.—Estudios de Psicología Sexual —Ed. Hijos de Reus. Madrid, 1912.

- 24.—Kinsey, C. Alfred., Pomeroy, B. Wardell., Martin, E. Clyde., Gebhard, H. Paul.—Conducta Sexual de la Mujer.—Ed. Médico Quirúrgica. Buenos Aires, 1954, pp. 122-123, 266.
- 25.—————.—Conducta Sexual del Varón. — 1ª ed. Ed. Interamericana, S. A. México, 1949. pp. 449-453, 541.
- 26.—Klein, D. B.—Mental Hygiene.—Henry Holt and Company. New York, 1956, p. 2. Revised Edition.
- 27.—Lafora, R. Gonzalo., Comas, Margarita.—La Educación Sexual y la Coeducación de los Sexos.—Ed. Losada, S. A. Buenos Aires, 1947, pp. 16, 18, 44.
- 28.—Leibl, Mariana.—Psicología de la Mujer.—Ed. Psique. Buenos Aires, 1955, pp. 68-71.
- 29.—Lemaitre, Aug.—La Vida Mental del Adolescente y sus Anomalías —Beltrán, S. A. Madrid, 1919.
- 30.—Lemkau, Paul.—Higiene Mental.—3ª ed. Fondo de Cultura Económica.—México-Buenos Aires, 1962, p. 235.

- 31.—Mantovani, Juan.—Adolescencia Formación y Cultura.—Espasa-Calpe, S. A. Buenos Aires-México, 1950.
- 32.—Mendizábal Calderón, Joaquín —Apuntes del Curso de Higiene Mental.—1962.
- 33.—Mendousse, Pierre.—El Alma del Adolescente.—Ed. Siglo Veinte. Buenos Aires, 1948, pp. 57, 65.
- 34.—Mikesell, W. Henry.—Higiene Mental.—2ª ed. Ed. Pleamar. Buenos Aires, 1952.
- 35.—Mira y López, Emilio.—Psicología Evolutiva del Niño y del Adolescente.—Ed. Continental. México, 1955, p. 194.
- 36.—Moragas, Jerónimo de.—Psicología del Niño y del Adolescente.—1ª ed. Ed. Labor. Barcelona, 1957.
- 37.—Paz, Octavio.—El Laberinto de la Soledad.—3ª ed. Fondo de Cultura Económica. México, 1963, pp. 24, 29.
- 38.—Peinado Altable, José.—Paidología.—2ª ed. Ed. Porrúa. México 1958, pp. 256, 283, 286, 287, 288, 290.

- 39.—Ponce, Aníbal.—Psicología de la Adolescencia.—Ed. U.T.E.-
H.A. México, 1939, p. 9.
- 40.—Prohaska, Leopold.—Pedagogía Sexual.—Ed. Herder. Bar-
celona, 1960.
- 41.—Ramírez, Santiago.—El Mexicano.—3^a ed. Ed. Paz-México.
México, 1961, pp. 87-91, 128.
- 42.—Skinner, Charles.—Psicología de la Educación. Reimpresión.
Ed. U.T.E.H.A. México, 1951.
- 43.—Spranger, Eduardo.—Psicología de la Edad Juvenil.—Ed.
Nacional Edinal. México, 1959, pp. 107, 122-123.
- 44.—Stern, William., Hoffmann, Walter y Ziehen, Th.—Psicolo-
gía y Pedagogía de la Adolescencia.—2^a ed. Ed. Losada. Bue-
nos Aires, 1948.
- 45.—Stone, Joseph L., Church, Joseph.—Childhood and Adoles-
cence.—Random House, New York, 1957.
- 46.—Thompson, Clara.—El Psicoanálisis.—2^a ed. Fondo de Cul-
tura Económica. México Buenos Aires, 1955.



FILOSOFIA
Y LETRAS

47.—Tumlirz, Otto.—La Psicología de la Edad Juvenil en la Actualidad.—Sindicato Exportador del Libro Español. Madrid, 1932.