

DS-20	“La primera vez” Relatos de adolescentes.	CURSO 4º
DESEO		
Experiencia sexual.		
TIPO: Ob.		
Asignatura: Ciencias sociales, ética, tutoría.		

OBJETIVOS.

1. Reflexionar sobre las **implicaciones de la primera vez** en la propia biografía.
2. Favorecer la **comunicación entre los sexos** sobre las expectativas, los miedos y las dudas acerca de la primera vez.
3. Facilitar **información clara y precisa** que ayude a desterrar mitos relativos a la primera vez.
4. Analizar la **influencia del entorno social**, familia, amigos, escuela, medios en relación con la iniciación de los jóvenes a la primera experiencia sexual.
5. **Evitar cualquier tipo de presión**, de los iguales, de la pareja, de las circunstancias, etc., respecto a la decisión de involucrarse en experiencias sexuales compartidas.
6. Potenciar **comportamientos sexuales responsables y protegidos**.

GUION DE TRABAJO.

A	Formar grupos y repartir a cada uno un relato sobre las primeras experiencias sexuales. (Fichas DS.20.1, DS.20.2, DS.20.3., DS.20.4)
B	Analizar por grupos las situaciones que se presentan.
C	Cada grupo expondrá al resto de la clase su relato y sus opiniones en relación con el mismo.
D	El profesor o la profesora planteará algunas cuestiones para la discusión. Ficha DS.20.5.
E	Debate final.

OBSERVACIONES METODOLOGICAS Y TEORICAS PARA EL PROFESORADO.

En la adolescencia el deseo sexual se manifiesta con intensidad y se orienta hacia otra persona. Comienzan las primeras fantasías eróticas, la atracción y la respuesta a estímulos eróticos. Tienen lugar las primeras experiencias sexuales. Aparece la necesidad a la vez que una gran curiosidad por iniciarse en la experiencia sexual compartida.

Sin embargo, existen diferencias en la forma de reconocer e integrar el deseo sexual en el conjunto de la personalidad que dependen de la historia sexual previa y del contexto socio-cultural en el que

tengan lugar. Así hay adolescentes que negarán la existencia de estas sensaciones y necesidades sexuales, mientras que otros lo sentirán como algo natural buscando activamente involucrarse en ellas. Estas serán heterosexuales, bisexuales u homosexuales en función de cómo se haya orientado el deseo.

La experiencia sexual compartida puede explicarse a través de 5 niveles de la clasificación clásica utilizada por Schofield (1965), que aquí agruparemos en tres:

El nivel 1 corresponde a las personas que tienen poca o ninguna experiencia sexual (besos en las mejillas, caricias por encima de la ropa, etc).

EL nivel 2 incluye a personas que tienen experiencia de intimidades eróticas próximas al coito pero sin llegar a él (caricias corporales, posibilidad de estimulación compartida con o sin orgasmos, etc).

El nivel 3 corresponde a las personas que tienen experiencia sexual coital con una o más personas a lo largo de su biografía.

Estos niveles permiten establecer la secuencia de comportamientos que dan acceso a la experiencia sexual. Algunos adolescentes pueden pasarse largos períodos de tiempo en los dos primeros niveles, mientras que otros acceden directamente al tercer nivel o llegar a él en un breve espacio de tiempo.

En relación con la edad de inicio de la experiencia sexual los estudios indican que ésta se está adelantando tanto en chicos como en chicas. Sin embargo, en muchas ocasiones esta primera experiencia sexual no se planifica. La ausencia de una adecuada educación sexual en las escuelas, la falta de confianza y comunicación en las familias sobre estas cuestiones, la presión del entorno hacia el coito, el carecer de habilidades sociales para afrontar situaciones conflictivas, la ausencia de reconocimiento de las necesidades afectivas y sexuales de los adolescentes, la ausencia de espacios para hablar de estas necesidades, son algunas de las causas que explican que el acceso a la primera experiencia del coito pueda acontecer de manera no protegida.

La mayor parte de experiencias sexuales compartidas son buscadas y deseadas, pero también existen adolescentes que afirman haber tenido experiencias no deseadas. La presión social hacia el coito empuja a los chicos a presionar a las chicas a tener experiencias coitales que no siempre desean, siendo así que tal experiencia pueda asociarse a sentimientos negativos (dolor, rechazo, ausencia de placer, desencanto, etc...) respecto a la "primera vez".

Es importante que las mujeres comprendan la importancia de ser autónomas respecto a la decisión del primer coito y que adquieran los conocimientos necesarios para que tal experiencia sea satisfactoria y exenta de riesgos. En este sentido conviene que las mujeres desarrollen su propia sexualidad con independencia de la sexualidad masculina. La experiencia erótica, independientemente de los sexos, debe ser vivida desde la igualdad. Cada persona es responsable de su placer y el placer es algo que se comparte.

En este contexto, no podemos olvidar el inicio de la experiencia sexual de las personas homosexuales, las cuales encuentran más dificultades para expresar abiertamente sus sentimientos y atracción hacia personas de su mismo sexo. También en estos casos, sus comportamientos iniciales no suelen estar exentos de riesgos psicosexuales.

Por todo ello, es imprescindible abrir un espacio en la escuela que aborde estas cuestiones, y que permita a los adolescentes reflexionar acerca de su propia sexualidad, sus sensaciones físicas y sentimientos picosexuales. En este sentido, no se debe olvidar que el placer es algo que se comparte y que toda experiencia sexual debe ser consensuada.

Los relatos que se proponen en esta actividad están extraídos del libro de Magda Bandera “39 veces la primera vez”. Son relatos de personas que han vivido ya la experiencia. La proporción de las personas con experiencia sexual en la E.S.O. es bastante baja, por tanto, trabajaremos con grupos de adolescentes sin experiencia. El valor de esta actividad estriba en el hecho de proponer les una proyección en el futuro que les permita elaborar esta cuestión en el actualidad con el fin de aumentar la probabilidad de que cuando realmente accedan a su “primera vez”, consideren aquello que tiempo atrás pudieron trabajar en la escuela. Si esto es así se contribuirá a minimizar los riesgos al tiempo que se incrementará la calidad de la experiencia.

MATERIALES.

FICHA DS20.1.

Relatos sobre la “primera vez”

Estaba convencida de que me haría mucho daño. Me hicieron coger miedo. Mis abuelos son catequistas y me protegen mucho. Siempre dicen: “No dejes que tu novio te toque nada”. Oscar había estudiado en un colegio religioso toda su vida, así que en ese sentido nuestra educación era bastante parecida.

Cuando empezamos a salir teníamos dieciséis años. Él era muy tímido, nunca me daba besos. Yo tenía mucho miedo y él aún más. Sus amigos no tenían novia y eso hacía que él no sintiera ninguna presión. Nunca me daba un beso, sólo cuando me iba. Por eso, a veces le daba el de despedida y después no me iba. Lo alargaba para que tuviéramos que volver a despedirnos.

Siempre he ido tocándole yo antes, y también he sido yo quien ha llevado la iniciativa. La primera vez que lo intentamos lo pasamos un poco mal. Yo tengo un apartamento en la playa. Es de mis padres, pero ellos no van, están separados. Conseguí hacerme unas llaves para pasar allí los fines de semana con Oscar. Nos lo montamos muy bien, llevamos comida, cava. Nos dimos besos. El se desnudó, yo estaba muy nerviosa, pero tenía muchas ganas, me lo había imaginado muchas veces.

No pudo ser. Él perdió la erección por culpa de los nervios. Nos quedamos sin hacerlo. El se quedó bastante chafado. Yo no sabía que decirle. Intenté consolarlo explicándole que ya lo haríamos.

La segunda vez fue después de bañarnos en la piscina del apartamento. Estábamos muy bien, pensábamos que lo podríamos hacer allí mismo, pero no teníamos preservativos. Subimos al piso a buscarlos y perdió la erección.

Tampoco hubo suerte en el tercer intento. Consiguió mantener la erección pero al penetrar me hizo daño y la retiro rápidamente. Se asustó al ver que sangraba y no pudimos intentarlo de nuevo. Él echaba la culpa a los preservativos y yo le dije que podría tomarme las pastillas y así nos ahorraríamos el problema de los preservativos.

Lo comenté con mi madre, porque con ella puedo hablar de estas cosas, y yo no sabía muy bien cómo iban estas cosas. Oscar aún sabía menos. Fui al ginecólogo y me recomendó las que me iban mejor y ya pudimos hacerlo. Fue en mi casa, duró poquísimo. Él frustrado, porque había ido tan rápido y no había sabido esperar. Se disculpó. Me dijo que lo sentía, que había estado tan superbien allí dentro, que no había podido parar. Después lo hicimos otra vez, y yo ya me puse arriba y pude controlar mejor. Aquel día fue fantástico, la segunda vez nos salió muy bien, y le dije que estaba superfeliz. Ahora hablamos más de sexo, y ya no soy yo siempre la que lleva la iniciativa, a veces es él. Ya tiene confianza. Antes yo nunca le manifestaba mis deseos de forma clara y directa, sino que se lo dejaba todo a punto, para no asustarlo. Si hubiera sido demasiado directa se habría podido bloquear.

Para mí hacer el amor fue muy importante. Me puse a llorar como una magdalena. Oscar creyó que era porque había ido todo muy rápido, pero lloraba de emoción. Lloré porque lo deseaba desde hacía mucho tiempo, porque me lo había imaginado un montón de veces, y sobre todo porque sentía que había entregado mi virginidad a un hombre que entonces todavía era un niño, pero del cual sigo estando muy enamorada después de cinco años. Después de hacer el amor me distancié de las ideas de mi abuela. No puede ser malo algo tan bonito y bueno para dos personas.

Fuente: **Magda Bandera** (1999). “39 veces la primera vez”. DVD Ediciones.

FICHA DS20.2.

Relatos sobre la “primera vez” Ramón

Lo de antes había sido muy divertido y entonces pensaba que hacerlo sería el cúmulo, pero me quedé a dos velas. Y luego ha habido muchas veces en que también me he quedado así. Después de lo que ves en las películas, lo que te explican y todo lo que tienes en la cabeza, a la hora de la verdad no me enteré de nada. Fue todo tope rápido, ni bueno ni malo, pero decepcionante.

En cuanto acabamos fui corriendo a casa a telefonar a mis amigas para explicárselo. Yo tenía quince años, era la primera en desvirgarse y había mucha expectación. Pero les conté la verdad, no vacilé, y ellas me dijeron que vaya frustré si en realidad era así. Es que él era mayor que yo. Ramón tenía veintiún años y bastante experiencia, así que siempre estaba a vueltas con el tema. Solía decirme que en el fondo hacer el amor era sólo un poco más de lo que ya estábamos haciendo. Entonces llevábamos cinco meses saliendo y así nos hemos tirado ocho años de novios. Acabamos de dejarlo ahora.

Las amigas que me han explicado que lo han hecho siendo ya más mayores se lo han pasado mejor. Yo ahora también me esperaría. Pero Ramón insistía tanto...Lo tuvo que hacer todo él. Yo estaba tumbada en la playa, quieta como un muerto. No me movía, simplemente, me dejaba hacer. Lo hicimos sin preservativo, con marcha atrás, aunque entonces yo ni siquiera sabía qué era eso. Ahora ya sé que se corrió fuera. Estuvimos mucho tiempo haciéndolo así. No me extraña que las adolescentes se queden embarazadas. Después ya fui al ginecólogo a por pastillas, porque a él no le gustaban los preservativos.

No me hizo daño ni sangré nada. Y, como no sangré, pues no había “muestras evidentes” de nada y no me dio ningún corte volver a casa. Además, mi familia es muy liberal.

Yo también veo el sexo como algo natural y solía comentarlo todo con muchos detalles. Era un desahogo hablarlo con mis amigas. Intercambiábamos información. Por ejemplo, llegaba una y decía: “Le voy a proponer a mi novio que hagamos esto y lo otro. Era todo como muy sincero y nos ayudábamos mucho.

Mucha gente dice que a los quince es demasiado pronto. Pero mis amigas del colegio lo ven normal. Yo ahora lo cambiaría, pero entonces fue bastante lógico que pasara. En verano íbamos mucho a la playa, que si besos, que si esto o lo otro, y aquella vez simplemente surgió.

Fuente: **Magda Bandera** (1999). “39 veces la primera vez”. DVD Ediciones.

FICHA DS20.3.

Relatos sobre la “primera vez”. Mi novia

Quería hacerle todas las cosas que me gustaban, las que conocía porque ya las había experimentado conmigo misma. Ella se cortó muchísimo. Yo era virgen y mi novia no, pero era ella quien estaba asustada.

Recuerdo que tenía diecinueve años y ella veintiuno, y lo hicimos en la cama de mis padres. Cuando estábamos en plena faena, oímos unos ruidos. Era mi familia, que volvía de improviso. Recogimos las cosas como locas y nos metimos en el baño desnudas porque era el único lugar al que podíamos ir.

Mis padres no sospecharon nada, porque éramos dos chicas, pero al día siguiente le dije a mi madre que era lesbiana. No le dije que había follado en su cama, pero sí que me gustaba una chica, porque creía que después de consumarlo tenía que decirlo y asumirlo plenamente. Se lo tomó bien, me dijo que estuviera tranquila, pero que no lo comentara con nadie, porque a lo mejor se me pasaba y si la gente se enteraba luego podrían utilizarlo en mi contra. También me preguntó si me gustaban los chicos y le contesté que sí, y entonces me dijo que para qué tenía que complicarme la vida.

Con los hombres no tengo mucha experiencia, pero creo que con las mujeres los juegos son como más de rol. Es más fácil ir cambiando, puedes llevar la iniciativa. Dejarte llevar... Me parece que son juegos más libres, ahora tú, ahora yo. Al menos con mi novia es así. Cuando lo hicimos la primera vez llevábamos saliendo diez días. Habíamos dormido varias noches juntas, pero ella era muy recatada y yo no tenía ninguna experiencia, sólo muchas ganas.

El único temor que sentí aquella primera tarde era el de desnudarme. Yo me veía gorda, estaba bastante más rellenita que ahora, así que mientras estábamos en la cama apagaba la luz en cuanto podía y corría a taparme con una sábana para tapar los michelines. Es que ella estaba muy delgada, tenía un cuerpo precioso. Ahora ya no me acompleja mi cuerpo. Naturalmente no estoy satisfecha de él al 100%, nadie lo está, pero si de algo sirve el sexo es para que te ayudes a aceptarte físicamente, porque ves que la otra persona te desea, te acaricia la barriga porque le encanta y entonces deja de ser un defecto y se convierte en algo que da placer.

Me gusta hablar de sexo. Estoy en una asociación de gays y lesbianas y charlamos mucho sobre el tema. Una amiga de la infancia que era lesbiana me contaba muchas cosas. Durante años me preguntaba si me gustaría probarlo con una mujer, pero yo siempre le decía que ni hablar.

Después ha habido un poco de todo, yo he funcionado por etapas. A mí me puede gustar una chica masculina, una muy femenina, un chico, un travesti con plumas. Yo me enamoro de personas. Lo que pasa es que te obligan a definirte y autclasificarte. Teóricamente deberíamos ser más tolerantes, pero no admiten que puedas sentirte bisexual.

Lo he probado con chicos. De esa primera vez me acuerdo bien. Estábamos muy borrachos. Él fue muy a saco y yo no estaba acostumbrada a hacer el amor de aquella manera. No hubo nada de ternura entre nosotros, aunque éramos amigos. Pero decidí no juzgar a todos los hombres por aquella experiencia tan bestia. Hice bien. Recientemente he comprobado que no todos son así. Sigo siendo amiga de este chico. Lo llamamos el “error”, tal vez porque pensaba en su pareja y se sentía culpable. Yo se le conté a la mía y fue un trauma.

El sexo es complejo. Y si no se vive con naturalidad trastorna a la gente. Aquella primera vez con mi novia yo estaba muy enamorada y sólo con que ella me hubiera acariciado la mano yo ya habría alucinado. Pero es que además fue muy romántico, la primera parte del primer amor. Actualmente lo único que me acompleja de vez en cuando es que algunos me vean como “la zorra de la facultad, la lesbiana esa”. Todo porque si hablas de sexo abiertamente, sin tapujos, creen que no tienes otra cosa en la cabeza. Y eso duele.

Fuente: **Magda Bandera** (1999). “39 veces la primera vez”. DVD Ediciones.

FICHA DS20.4.

Relatos sobre la “primera vez”

En media hora cayeron todos los mitos. Y aunque, pueda sonar tópico, noté que había perdido la inocencia. Sentí que todo el mundo me había mentido. Por un lado, aquellos que me hicieron sentir culpable con moralismos absurdos. Por otro, las películas, que nunca muestran los problemas técnicos y sólo enseñan camas perfectas.

Hacer el amor no tiene nada que ver con el cliché de Romeo y Julieta. Yo imaginaba algo muy intenso y no lo es tanto. Te decepciona porque no te lo pasas tan bien como te había dicho la tele. Pero lo que sí es verdad es que primera vez sólo hay una. Pese a todo, siempre es especial. Y aunque se me cayeron todos los mitos, la verdad es que estoy orgulloso de cómo fue mi primera vez. Sobre todo me gusta haber esperado el momento oportuno y no haberlo hecho antes sólo por probarlo. Yo, a diferencia de mis amigos, por ser como soy esperé. Para mí tenía que ser muy especial, no pensaba esperar al matrimonio como me decían en el colegio fundamentalista en el que estudié, pero sí necesitaba sentirme a gusto.

Lo hice con alguien de quien estaba muy enamorado. Antes había salido con un par de chicas, pero de ésta estaba colgadísimo. Yo tenía diecinueve años, ella era un año mayor y ya no era virgen.

Antes de que pasase estuvimos saliendo seis meses. Lo retrasábamos, los dos evitábamos el momento. Ella porque salía con un tío que vivía en Italia, el típico rollete de verano. Yo porque me sentía muy presionado por el rollo moral del colegio. La verdad es que me daba algo de miedo.

Todo ocurrió en una fiesta de fin de curso. Durante toda la noche se produjeron un montón de detalles que dejaban adivinar que iba a suceder, que iba a ser esa noche. La cosa era como imparable. Lo hicimos con marcha atrás, porque yo no iba preparado, y estuve más pendiente de retirarme a tiempo que de disfrutar hasta el final. A pesar de todo fue muy intenso.

A partir de ese momento, empezamos una relación superpasional. Ella se tenía que aclarar. Oficialmente era la novia de otro. El hecho de que ella no fuera virgen no nos afectó, no sentí ninguna clase de complejo de inferioridad, porque fue todo tan sensacional, que no importaba. Los dos vivíamos las cosas con la misma intensidad. Al cabo del tiempo, ella volvió con su novio.

Para mí fue la relación más pasional que recuerdo, aunque posteriormente ha habido otras, esa pasión no la he vuelto a experimentar.

Después de que todo acabara yo ya había cambiado. Me di cuenta de que aquellas convicciones morales nunca fueron del todo mías, porque no las había pensado por mí mismo, simplemente me había pasado la vida oyéndolas en boca de otros.

Fuente: **Magda Bandera** (1999). “39 veces la primera vez”. DVD Ediciones.

FICHA DS.20.5.

Cuestiones para la discusión

- 1.- Indica los aspectos positivos y negativos de la ficha que te ha tocado analizar.
- 2.- Indica situaciones de riesgo que pueda haber en el relato que te ha tocado.
- 3.- ¿Qué valor tiene para ti la virginidad?
- 4.- Discrimina los riesgos de tipo físico y de tipo psicológico que puedan producirse en la “primera vez”.
- 5.- ¿Qué tipo de dificultades crees que se presentan más a menudo en la “primera vez”? Puedes hacer un listado de dificultades y otra paralela de posibles soluciones.
- 6.- Para las mujeres: ¿Qué crees que una mujer debe tener en cuenta en el caso de que se produzca una “primera vez” de forma inesperada.
- 7.- Para los hombres: ¿Qué crees que una mujer debe tener en cuenta en el caso de que se produzca una “primera vez” de forma inesperada.
- 8.- ¿Qué te exigirías a ti misma o a ti mismo respecto a la “primera vez”?
- 9.- ¿Crees que hay comunicación sincera entre la pareja para expresar lo que se espera, los miedos o las dudas, respecto a esa primera vez?
- 10.- ¿Qué condiciones crees que se deben dar para dar el paso a la primera experiencia coital?
- 11.- En tu opinión ¿Los jóvenes se protegen esa primera vez para evitar riesgos? Argumenta el SI o el NO de tu respuesta.
- 12.- ¿Conoces alguna de estas situaciones o similares en tu entorno de amistades?
- 13.- Añade los comentarios que desees.