

### PREPARACIÓN DEL MAESTRO

#### CONCEPTOS CLAVES:

1. Existen consecuencias emocionales potencialmente serias al involucrarse en sexo prematrimonial.
2. Existen buenas razones emocionales para esperar hasta el matrimonio para empezar una intimidad sexual.

#### OBJETIVOS:

Al final de esta lección los estudiantes deberán ser capaces de:

1. Evaluar los riesgos emocionales del sexo prematrimonial.
2. Explicar algunas otras razones para esperar hasta el matrimonio para tener sexo.

#### INFORMACIÓN PRELIMINAR:

Todos anhelamos la intimidad. Todos necesitamos amor y afecto. Encontramos felicidad al estar con otros. Pero muchas personas cometen el error de comparar la actividad sexual física con el amor y la intimidad. El placer de la experiencia sexual es confundido con el amor y la intimidad emocional genuina.

La felicidad no se encuentra al utilizar a otros para nuestro placer egoísta. Las demás personas no existen para gratificar nuestros instintos y deseos. Las personas deben ser apreciadas, no utilizadas. Las personas deben ser amadas y respetadas y no explotadas como objetos sexuales. El amor y la intimidad sexual pueden ser expresadas con los más mínimos riesgos de consecuencias emocionales serias, dentro de la estabilidad de una relación matrimonial.

#### MATERIAL / PREPARACIÓN:

*En la caja: la carta de las abuelas.*

# LECCIÓN

## PRINCIPIO DE LA LECCIÓN:

### COMPARACIÓN DE EXPERIENCIAS

3 minutos aprox.

En nuestra última lección aprendimos que puede haber serias consecuencias físicas por la intimidad sexual antes del matrimonio. Pero existe también el riesgo de consecuencias emocionales para hombres y mujeres.

Las películas, la televisión, las novelas de romance y la publicidad a menudo presentan el cuadro del sexo extramatrimonial como excitante, divertido, hermoso y atractivo.

Lo que ustedes probablemente no van a aprender de los medios de comunicación es que la primera experiencia sexual fuera del matrimonio puede ser bastante decepcionante, vergonzosa, frustrante o hasta emocionalmente dolorosa, especialmente para las mujeres. Es una experiencia que, bajo las circunstancias correctas, debería y podría ser maravillosa, pero muy a menudo deja al hombre y a la mujer con sentimientos de culpa, vergüenza, soledad y, aún, traición.

Sin embargo, si la primera experiencia de intimidad sexual se encuentra dentro de la seguridad del matrimonio, el esposo y la esposa tienen el lujo del tiempo juntos para desarrollar una relación íntima hasta que pueda convertirse en algo mutuamente satisfactorio y excitante.

¿Se han preguntado ustedes alguna vez por qué hay tantos divorcios y tanto daño emocional entre hombres y mujeres?

Una de las principales razones por las que los matrimonios fracasan es porque las parejas empiezan a enfocarse en su relación física muy pronto. Cuando la atracción sexual es la base primordial del matrimonio, se establece un fundamento débil sobre el cual construir una relación saludable de por vida.

Una de las abuelas tuvo la oportunidad de reunirse con un viejo amigo que nos ayudará a aprender más acerca de las posibles consecuencias emocionales del sexo prematrimonial. También nos dará algunas pistas acerca de lo que hace –o no hace- una base firme para un matrimonio feliz y saludable.



### HISTORIA

5 minutos

[Lea la siguiente historia:

“Una reunión por casualidad en un avión”].

“¿Saben ustedes cuál es la línea aérea más grande en todo el mundo?”, preguntó la maestra Adela conforme los estudiantes ingresaban al salón de clases.

“Umm, probablemente alguna línea aérea estadounidense, ¿supongo?”, dijo Sergio.

“No, es Aeroflot”.

“¡Caramba! ¡Yo no sabía eso!”, exclamó David.

“Sí, y Carmen, ¿sabías tú que tu abuela Elena acostumbraba a viajar por todo el país, asistiendo a conferencias médicas?”, preguntó la maestra.

“No, no realmente. Yo sabía que había estado en algunos lugares bastante lejos, pero siempre pensé que ella tomaba el tren”, replicó Carmen.

“¡Ah, sospecho que también recorrió muchas millas en tren!”.

“¿Y por qué hablar tanto acerca de los viajes en avión de la abuela de Carmen? ¿Se estrelló o fue secuestrado su avión?”, preguntó Sergio.

No, nada de eso. Es solamente que la carta de hoy se trata de una conversación que ella tuvo en un avión. Creo que fue hace ya tiempo, pero fue una de esas ocasiones que no puedes olvidar”, dijo la maestra Adela.

Los tres se sentaron rápidamente en sus asientos y se preguntaban por qué una conversación sería tan memorable.

*Queridos míos:*

*Ustedes nunca conocieron a Alberto. Él era uno de los muchachos con los que fui a la escuela. La vida era muy fácil para él. Él era atlético y popular con las chicas. Generalmente era el centro de cualquier cosa que estuviera sucediendo. Siempre estaba tratando de robar un beso de nosotras y, al principio, disfrutábamos su atención. Pero él siempre quería más que sólo un beso. Alberto y Olga tuvieron una relación bastante seria el último año de la escuela, pero ésa es una historia para otro momento.*

*Unos años después nosotras intercambiamos impresiones sobre Alberto y nos preguntábamos qué había sucedido con él. Le perdimos la pista después de que él se enlistó en la marina. Él dijo que quería conocer el mundo y nosotras supusimos que eso era lo que había hecho.*

*Algo divertido. Elena se lo encontró casualmente algunos años después en un avión. Ella estaba viajando de Miami a Guatemala ¿y quién se sentaría a su lado? ¡Alberto!*

*Elena y Alberto se pusieron al día de los viejos tiempos y después la conversación tomó un giro inesperado, cuando Elena le preguntó a Alberto si había llegado a encontrar a esa “mujer perfecta” que estaba buscando. En la privacidad que le daba el sonido de los motores del jet, Alberto empezó a abrirse con respecto a lo que lamentaba de sus relaciones pasadas.*

*Elena pensó: “Me pregunto si así es como se siente un sacerdote cuando está escuchando las confesiones de los miembros de su iglesia.” Las palabras de Alberto apenas traspasaban el sonido del avión. Él no hizo contacto visual, pero habló con su cabeza inclinada, con la mirada fija en algún lugar que no era el aeroplano...*

*“Yo siempre supe exactamente lo que quería en una esposa. Alguien atractiva, eso era seguro –sin dudas al respecto. Morena, rubia, pelirroja... realmente no importaba, excepto que fuera bonita, con buena figura y sexy. También tenía que ser dulce y amable, buena con los niños, una muy buena amiga, e inteligente –pero no demasiado inteligente”. Él sonrió y captó la atención de Elena. “Tal vez hasta con buenos padres. Pero todas esas otras cosas eran negociables al principio. Lo físico era lo que me atraía, lo que realmente me atraía. Tuviste suerte de no involucrarte conmigo”.*

*“Yo pensaba, ‘ésta es la chica para mí’, pero una vez que había tenido relaciones sexuales con ella, yo sabía que ella no era la que estaba buscando. ¡Oh, pero no te equivoques! Era divertido, al menos hasta que yo rompía contacto. Después de un tiempo, esa clase de relaciones se volvieron más y más cortas. Yo tomaba una mujer sólo por una noche. Pero eso sólo probaba que ellas no eran dignas de casarse conmigo. Ellas estaban –usadas– y en cierto modo eran duras. ¿Sabes lo que quiero decir? ¿Dónde estaban todas aquellas chicas tiernas, gentiles, puras, no dañadas, amorosas, con las que yo solía relacionarme en aquellos antiguos días?”*

*“Yo me dije a mi mismo que estaba viviendo la fantasía de cualquier hombre joven. Solamente tenía que seguir buscando y finalmente encontraría la correcta para mí –pero no tenía sentido el privarme de algo mientras buscaba, ¿correcto?”.*

*Alberto empezó a recordar las muchas mujeres que había conocido: mujeres casadas, mujeres con hijos, aquellas que le habían robado y desaparecido. Y siguió: las mujeres que se habían emborrachado y aquellas que siguieron diciendo “no”, pero que él estaba seguro que no pensaban así en realidad.*

*Elena escuchó en silencio.*

*“Se está volviendo muy difícil encontrar la chica adecuada, ¿sabes?”, continuó Alberto. “Parecía fácil cuando estaba en mis 20. ¿Sabías que estuve casado por un par de años? Sí, y hasta tuve una hija –aunque no la veo mucho en estos días.*

*“Me veo bastante bien para mi edad, ¿no crees? Apuesto a que pasaría por un hombre mucho más joven. La cosa es que no estoy rejuveneciendo. Yo pensé que cuando tuviera esta edad ya tendría una familia por quien llegar a casa. No es justo. Soy un buen hombre. Yo sería un buen partido, ¿no lo crees?”*

*“Y dime Elena, ¿qué vas a hacer después de que aterricemos? ¿Quieres que vayamos a tomar algo? Yo realmente necesito una copa, ¿tú no?”*

*Todo lo que Elena quería hacer era bajarse del avión y terminar esta conversación. Ella se sentía –cuál es la palabra– fea, sucia. Sí, eso era. Y sí, ella también se sintió muy afortunada de haber evitado los encantos de Alberto de joven. Afortunadamente el avión estaba aterrizando.*

*Cuando todos se pusieron de pie para salir del avión Alberto se volteó hacia Elena otra vez y dijo: “Yo te he contado de mi vida, ahora cuéntame acerca de la tuya”.*

*“No hay mucho que decir,” dijo ella. “Estoy casada y tengo una familia. Hemos tenido nuestras luchas, como todo el mundo, hemos trabajado duro y perseverado. Pero los sueños de mi juventud se están volviendo realidad poco a poco. Mi vida es más satisfactoria de lo que yo hubiera imaginado”.*

*Alberto y Elena caminaron juntos por la puerta de la terminal. Un niño vivaz, de unos 7 años, y una hermosa niña que se parecía mucho a Elena, corrieron y abrazaron a su madre. Su padre se les unió y Elena le presentó a Alberto. “Me gustaría que conocieras al hombre más maravilloso del mundo, mi esposo Gregorio”. Ellos se estrecharon las manos y después Gregorio se volteó, puso su brazo alrededor de Elena y se llevó a su familia.*

*Cuando nosotras escuchamos la historia de Elena, pudimos ver que Alberto realmente no había cambiado mucho de cuando lo habíamos conocido en la escuela. Él no había cambiado, pero estábamos agradecidas al darnos cuenta que nosotras sí.*

*Sus abuelas*

*“¡Qué contraste!”, comentó David.*

*“Los hombres como Alberto me enferman”, respondió Carmen. “Este hombre no solamente estropeó su propia vida, sino la de muchas otras personas también”.*

*“¡Vamos! Tampoco es que las mujeres no estuvieron de acuerdo”, dijo Sergio. “Bueno, tal vez no la que dijo “no” cuando ella estaba borracha, pero...”*

*Sergio hizo silencio cuando se dio cuenta de lo que iba a decir. Algo había cambiado en la habitación, pero ninguno de los tres estaba muy seguro de qué era.*



=8 minutos

## EXPLORANDO LA LECCIÓN:



### ACTIVIDAD DE CONTRASTE

12 minutos aprox.

Estudiantes trabajando en grupos de cuatro.

Escriba dos columnas en la pizarra:

ALBERTO y ELENA

El joven Alberto podría ser lo que muchos de los muchachos en su clase aspiran ser –macho, atractivo, zalamero, sofisticado, etc. Así que no se sorprenda si algunos se identifican con él. Siga adelante y agregue sus descripciones en la pizarra. Usted podría tener que volver a leer los párrafos 11 y 12 del final de la carta, donde Alberto describe haber estado casado por dos años y verse bien para su edad.

Después de unos cuantos minutos, dibuje una línea horizontal y pregunte:

Deles unos cuantos minutos, esta vez para pensar acerca de las decisiones tempranas que hayan podido tomar.

*[Pídales a sus estudiantes que formen grupos de cuatro (del mismo género) y elijan un líder en cada grupo.*

*Mientras ellos están formando un grupo, escriba los nombres Alberto (dejando espacio) y Elena, hasta arriba del pizarrón.*

*Pídales a sus estudiantes que contrasten las vidas de Alberto y Elena, basados en la historia. Deles dos minutos para discutir los contrastes y después pídale a los líderes de grupo que informen acerca de sus descripciones contrastantes bajo los nombres de Alberto y Elena. Si tienen problema con las descripciones, usted podría sugerir lo siguiente]:*

#### Alberto

- Superficial
- Engreído
- Frustrado
- Desconectado-solitario-aislado
- Desagradable
- Jactancioso
- Sucio
- Ofensivo
- Sin disfrutar las relaciones
- Descorazonado acerca de las relaciones

#### Elena

- Realizada
- Agradecida
- Pacífica
- Conectada a la familia y amistades
- Amada
- Modesta
- Sentido de plenitud
- Amable
- Afortunada
- Buscando estar con la familia

**¿Qué decisiones creen que tomaron Alberto y Elena cuando eran jóvenes que afectaron sus vidas adultas varios años después?**

#### Lista de decisiones de Alberto

#### Lista de decisiones de Elena

*[Después de cuatro minutos, pídale de nuevo a los líderes de los grupos que informen acerca de las decisiones que ellos pensaron en sus grupos. Conforme vayan dando sus respuestas, escriba las elecciones en la columna apropiada.*

*Cuando los informes estén completos y listados en la pizarra, pídale a sus estudiantes que los copien en sus cuadernos de notas.*

 = 20 minutos

Señale a sus estudiantes que la intimidación sexual, al igual que cualquier otra cosa que tenga el potencial de realización y bendición, también conlleva un potencial opuesto y equitativo de frustración, soledad y dolor emocional. Necesitamos ser cuidadosos en cómo usamos el maravilloso potencial de nuestra sexualidad, no porque sea algo malo, sino precisamente porque tiene tal potencial grandioso de traernos a nosotros y a nuestra pareja gozo, cercanía, compromiso y un amor para toda la vida].



## ENSAYOS CORTOS

10 minutos aprox.

Tómense los siguientes 10 minutos para escribir un ensayo corto, de unos dos párrafos, basado en la historia de hoy acerca de la reunión de Elena con Alberto.

Pueden escribir uno de los tres temas:

1. La clase de persona con la que me quiero casar algún día es...
2. Mis creencias personales acerca del involucramiento sexual con amigos y amigas son...
3. [Aquí se inserta el tema del (la) maestro(a)].

Recogeré sus ensayos en 10 minutos.

 = 30 minutos


## ACTIVIDAD DE LA LISTA DE DE CONSECUENCIAS

10 minutos aprox.

Acepte respuestas y resúmalas en la pizarra. Si nadie menciona aquellas listadas aquí, agregue lo siguiente:

En la última lección vimos a algunas de las consecuencias físicas del sexo prematrimonial. Ahora estamos listos para incluir algunas de las consecuencias emocionales. Basados en la historia de hoy y en la actividad que acabamos de hacer, ¿cuáles podrían ser algunas de las consecuencias emocionales, tanto para hombres como para mujeres, si no esperan hasta el matrimonio?

- Dificultad para conectarse emocionalmente.
- Dificultad para confiar en alguien que haya tenido muchas parejas.
- Comparar al futuro cónyuge con parejas anteriores (llevando a la insatisfacción en el matrimonio).
- Inseguridad y necesidad de interpretar.
- Incremento de lujuria y fantasías mentales (especialmente para los hombres).

Algunos de ustedes pueden estar preguntando por qué la intimidad física antes del matrimonio puede causar tantos problemas.

El impulso sexual que se les ha dado es una parte maravillosa de su vida. Pero si ustedes permiten que esos impulsos se salgan de su control pueden causarles muchos problemas. Los riesgos son físicos (enfermedades de transmisión sexual) y emocionales (problemas con verdadera intimidad después en el matrimo-

Escriba la clave y subraye las palabras en la pizarra mientras le explica a la clase.

La intimidad sexual es saludable y de lo más satisfactoria cuando ya existe un fundamento fuerte en la relación.

Cuando una pareja se compromete en una relación para toda la vida, entonces invierten un tiempo significativo en conocerse el uno al otro mejor, como una pareja comprometida (el período de compromiso), y finalmente, teniendo a familiares y amigos como testigos, expresan sus votos de compromiso exclusivo y para toda la vida, los cuales establecen un cierto número de fuertes fundamentos emocionales.

Estos fundamentos incluyen aprender a:

Hablar y escucharse el uno al otro

Tenerse consideración el uno al otro

Apoyarse el uno al otro

Defenderse el uno al otro

Confrontarse gentilmente el uno al otro

Ayudarse el uno al otro

Someterse el uno al otro

Fortalecerse el uno al otro

Respetarse el uno al otro

Apreciarse el uno al otro

(y lo más importante de todo)

Amarse el uno al otro.

Las parejas con matrimonios exitosos continúan fortaleciendo estos fundamentos a través de su vida juntos. Si estos fundamentos cruciales están presentes y en crecimiento, las consecuencias emocionales que hemos listado se ven grandemente reducidas, o aún eliminadas.

Sin embargo, cuando las personas se involucran físicamente antes del matrimonio, entonces el contacto físico se convierte en el centro de la relación, especialmente para los hombres. Esto significa que los ladrillos de la base para un matrimonio saludable, tales como los que hemos listado, no se desarrollan. Se ha dicho que los hombres "dan amor para obtener sexo" y las mujeres "dan sexo para obtener amor".

Aunque es más complejo que eso, hay mucho de verdad en este dicho. En muchas relaciones el hombre y la mujer están tratando de manipular al (la) compañero(a) para obtener lo que desean para sí mismos. Ésta no es la forma de construir una base sólida para un matrimonio saludable.



= 40 minutos



## FINALIZANDO LA LECCIÓN:



### DIARIO PERSONAL ACTIVIDAD DE ESCRITURA 5 minutos

Antes de despedir a sus estudiantes, recuerde dictarles las preguntas padres-maestro(a).T

Escriban en su diario personal los fundamentos del 1 al 3 de 11 listados en la pizarra, que podrían ser especialmente importantes para ustedes en su matrimonio.

Conforme los vayan escribiendo, hágase la siguiente pregunta: "¿Son estos fundamentos lo suficientemente importantes para mi futuro matrimonio, que vale la pena que yo espere hasta que éstos estén vigentes antes de empezar a tener intimidad sexual?".



= 45 minutos



## RECURSOS

### PROFUNDIZANDO:

	<p>Aún un gato de mascota sabe cómo comunicar el “piérdete” cuando no desea ser mimado, pero muchos adolescentes parecen no poder decir “no” al sexo prematrimonial.</p> <p>Un antiguo proverbio (Proverbios 25:28 NVI) lo pone de esta manera: “Como ciudad sin defensa y sin murallas es quien no sabe dominarse”. ¡Cualquiera puede entrar fácilmente!</p> <p>Una de las formas en las que podemos poner murallas saludables de protección alrededor de nosotros mismos es aprendiendo formas de decir “no” cuando necesitemos protegernos. Afortunadamente, el decir “no” se vuelve cada vez más fácil con la práctica.</p> <p>Ahora haremos una lista de 100 formas de decir “no” a la presión sexual</p>
<p><b>VARIACIÓN DEL JUEGO ENCOTRAR “ALGUIEN QUE SEA”</b></p>	<p><i>[Usando los conceptos cubiertos en las últimas dos lecciones acerca de las consecuencias físicas y emocionales del sexo prematrimonial, haga una lluvia de ideas con la clase para crear una lista de 100 formas de decir “no” a la presión sexual. Las respuestas variarán desde crudas hasta obvias (“Piérdete, tú, perdedor”) hasta las delicadas y sensibles (“No, gracias, eso no es para mí”). Ustedes podrían aún usar esa imagen de Proverbios 6:27-29: “Seguro, me encantaría dormir contigo, inmediatamente después de que ponga fuego en mi regazo y camine descalza sobre brazas ardiendo”.</i></p> <p><i>Si el tiempo lo permite, cuando haya completado su lista de “100 formas de decir no”, escoja varias de sus favoritas y hagan un sketch rápido, con actores que representen sus líneas favoritas de rechazo, pasando frente a la clase en una secuencia rápida.</i></p> <p><i>Si usted considera que ya está listo para “el gran momento”, tome su espectáculo y llévelo a presentar a otra clase: “éstas son nuestras líneas de rechazo favoritas, de nuestra lista de 100 formas de decir no”.</i></p>
<p><b>PUNTOS DE ENFOQUE</b></p> <p>Asegúrese de dejar tiempo para discusión al final de la actividad de aprendizaje, de tal manera que sus estudiantes puedan discutir la conexión entre la actividad de aprendizaje y la lección. Ponga atención para verificar si ellos parecen entender los puntos clave listados. Si usted siente que uno o más de estos puntos pueden no haberse comprendido, guíe la discusión para asegurarse que ellos entienden estas ideas principales.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El sexo fuera del matrimonio es autodestructivo.</li> <li>2. La mejor forma de evitar las ITS es evitando tener sexo antes del matrimonio, y casarse con alguien que también haya evitado tener relaciones sexuales.</li> <li>3. Decir “no” es una protección apropiada cuando nos enfrentamos con la tentación sexual.</li> </ol>

## CONEXIÓN PADRES-MAESTRO(A):

### Para discusión familiar:

1. Por favor comparta con su adolescente algunas de las cosas que ustedes han aprendido para hacer feliz a su pareja y su matrimonio más fuerte.
2. ¿Qué cosa esperan ustedes que su adolescente haga conforme vaya estableciendo amistad con personas del sexo opuesto?