La primera vez importa

escrito por Alba Crespo | 23 de febrero de 2024



Las primeras veces son importantes y eso es algo que ha demostrado la evidencia científica para las relaciones afectivosexuales. En este sentido, sabemos que las experiencias afectivosexuales influyen en aspectos tan relevantes como nuestra salud o el recorrido académico y, también, que todas ellas se basan o bien en el consentimiento o en la coacción.

Algo muy relevante que se ha evidenciado es que son las primeras experiencias afectivosexuales que tenemos, tanto las que tienen lugar en relaciones estables como en esporádicas, las que tienen un impacto mayor, porque sirven de referencia para las relaciones que se escogerán en el futuro. Pero **no únicamente es importante cómo son estas primeras relaciones, sino cómo son recordadas**. Profundizando un poco más, en esas primeras relaciones afectivosexuales, es importante atender a qué interacciones se tienen, porque estas serán la clave de cómo se recordarán. Y cómo las recordemos jugará un papel crucial en cómo interpretaremos, elegiremos y actuaremos en las próximas relaciones.

Imaginemos, por ejemplo, una chica que tiene una primera experiencia sexual con un chico y este le hace comentarios despreciativos. Estos comentarios tendrán consecuencias negativas en ella, pero ¿qué ocurre si las amigas de esta chica la han presionado para tener una relación

afectivosexual con la persona que fuera, porque "ya tocaba", e incluso ensalzan que se haya enrollado con "el malote"? Entonces es probable que esta chica sienta vergüenza de decir que no le ha gustado o incluso que interprete que, por el hecho de haber tenido una relación afectivosexual con un chico violento, ha ganado estatus social, lo que conocemos como el fenómeno del espejismo del ascenso. Esta chica no solo se sentirá presionada para decir que, en lugar de nefasta, ha sido una experiencia excitante, sino que además, al repetir este discurso, se reforzarán las conexiones neuronales que vinculan las actitudes despreciativas del chico con su excitación, normalizando el desprecio que ha sufrido en su primera relación y almacenando esta experiencia en su memoria como un recuerdo "positivo". Así, en futuras ocasiones, es probable que escoja de nuevo chicos con los que tener relaciones de este tipo.

Sin embargo, ¿qué ocurriría si, en lugar de esas interacciones que refuerzan esa primera experiencia afectivosexual violenta como atractiva, le llevaran a considerarla tal y como fue? La evidencia científica también ha demostrado que se puede transformar los recuerdos que tenemos sobre las primeras relaciones afectivosexuales. Una intervención psicoeducativa mostró que la lectura y diálogo de un texto científico sobre el amor conseguía aumentar la conciencia crítica de las jóvenes sobre la fuerza del discurso coercitivo en las experiencias y recuerdos sobre experiencias afectivosexuales, modificando los recuerdos autobiográficos de relaciones violentas que habían tenido y reconociéndolas como negativas, lo que previene la victimización futura.

¿Qué se puede hacer desde los centros educativos?

Las primeras relaciones afectivosexuales de muchas personas

tienen lugar durante la adolescencia, etapa en la que los centros educativos son un contexto muy presente en la vida de las y los jóvenes y, por tanto, claves para prevenir que estas primeras relaciones afectivosexuales sean violentas y que las interacciones que se tienen en torno a ellas fomenten la presión de tener una experiencia sexual "sea como sea y con quien sea". Las personas que trabajan en contextos educativos con jóvenes tienen la oportunidad de cuidar las interacciones que se dan entre y con el alumnado en torno a las primeras relaciones afectivosexuales para asegurar que estas están cargadas de libertad, igualdad y belleza y debilitar la fuerza del discurso coercitivo dominante que puede presionarlas a tener una experiencia afectivosexual con un chico violento. Además de prevenir, desde los centros educativos también se puede actuar para que chicas cuya primera relación afectivosexual ya ha sido despreciativa recuerden esta como tal y escojan relaciones futuras libres de violencia. Las tertulias feministas dialógicas (TFD) son una actuación educativa de éxito que ha demostrado tener resultados positivos con jóvenes en múltiples contextos, leyendo y dialogando en torno a las evidencias científicas sobre género. Las TFD son un recurso al alcance de todo el mundo, por lo que contribuir a la prevención de la violencia de género desde las primeras relaciones afectivosexuales de las y los jóvenes es posible desde la educación.

[Imagen: Freepik]