

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS



"INCIDENCIA DE UNA VIDA PSICOSEXUAL INSATISFACTORIA
EN LOS CONFLICTOS CONYUGALES
DE PACIENTES QUE ASISTEN
A LA CLÍNICA PSICOLÓGICA"
Del Centro de Atención Integral de Salud Mental, IGSS,
Colinas de Pamplona, zona 12.

ABNER JEÚ GONZÁLEZ CASTAÑÓN

Guatemala, abril de 2006.

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

"INCIDENCIA DE UNA VIDA PSICOSEXUAL INSATISFACTORIA
EN LOS CONFLICTOS CONYUGALES
DE PACIENTES QUE ASISTEN
A LA CLÍNICA PSICOLÓGICA"

Del Centro de Atención Integral de Salud Mental, IGSS,
Colinas de Pamplona, zona 12.

INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN
PRESENTADO AL HONORABLE CONSEJO DIRECTIVO
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

POR

ABNER JEÚ GONZÁLEZ CASTAÑÓN

PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE

PSICÓLOGO

EN EL GRADO ACADÉMICO DE

LICENCIATURA

Guatemala, abril 28 de 2006

CONSEJO DIRECTIVO

Licenciado Riquelmi Gasparico Barrientos
DIRECTOR ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

Licenciada Blanca Leonor Peralta Yanes
SECRETARIA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

Licenciada María Lourdes González Monzón
Licenciada Liliana del Rosario Álvarez de García
REPRESENTANTES DEL CLAUSTRO DE CATEDRÁTICOS
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

Licenciado Evodio Juber Orozco Edelman
REPRESENTANTE DE LOS PROFESIONALES EGRESADOS
DE LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

Estudiante Edgard Ramiro Arroyave Sagastume
Estudiante Brenda Jullisa Chamám Pacay
REPRESENTANTES ESTUDIANTILES



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"

TEL.: 2485-1910 FAX: 2485-1913 Y 14

e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

c.c. Control Académico
CIEPs.
Archivo
Reg. 620-2003
CODIPs. 756-2006

De Orden de Impresión Informe Final
de Investigación

28 de abril de 2006

Estudiante

Abner Jeú González Castañón
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto DÉCIMO SÉPTIMO (17º) del Acta DIECIOCHO GUIÓN DOS MIL SEIS (18-2006) de sesión celebrada por el Consejo directivo el 21 de abril de 2006, que copiado literalmente dice:

"DÉCIMO SÉPTIMO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Informe Final de Investigación titulado: **"INCIDENCIA DE UNA VIDA PSICOSEXUAL INSATISFACTORIA EN LOS CONFLICTOS CONYUGALES DE PACIENTES QUE ASISTEN A LA CLÍNICA PSICOLÓGICA"** de la carrera de **Licenciatura en Psicología**, realizado por:

ABNER JEÚ GONZÁLEZ CASTAÑÓN

CARNÉ 97-50273

El presente trabajo fue asesorado durante su desarrollo por la Licenciada Sandra Carola Estrada Galindo y revisado por la Licenciada Miriam Elizabeth Ponce Ponce. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para la Elaboración de Investigación o Tesis, con fines de graduación profesional."

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"


Licenciada Blanca Leonor Peralta Yanes
SECRETARIA



/Gladys



CIEPs. 15-2006
REG. 620-2003

ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"

TEL. 485-1910 FAX: 485-1913 Y 14

e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

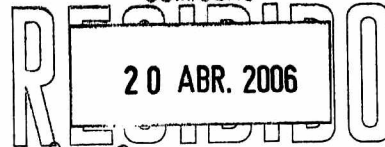
Guatemala, 19 de abril de 2006.

INFORME FINAL

SEÑORES
CONSEJO DIRECTIVO
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS
EDIFICIO

SEÑORES CONSEJO DIRECTIVO:

Escuela de Ciencias Psicológicas
Recepción e Información
CUM/USAC



Firma: MA hora: 18:00 Registro: 620-03

Me dirijo a ustedes para informarles que la Licenciada Miriam Elizabeth Ponce Ponce, ha procedido a la revisión y aprobación del INFORME FINAL DE INVESTIGACION, titulado:

“INCIDENCIA DE UNA VIDA SEXUAL INSATISFACTORIA EN LOS CONFLICTOS CONYUGALES DE PACIENTES QUE ASISTEN A LA CLÍNICA PSICOLÓGICA”

ESTUDIANTE:

CARNÉ No

Abner Jeú González Castañón

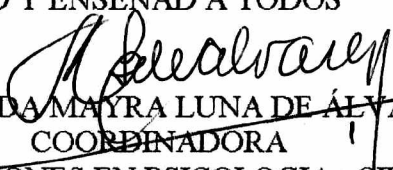
9750273

CARRERA: Licenciatura en Psicología

Agradeceré se sirvan continuar con los trámites correspondientes para obtener ORDEN DE IMPRESIÓN.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"


LICENCIADA MAYRA LUNA DE ALVAREZ
COORDINADORA

CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGIA -CIEPs.- “Mayra Gutiérrez”

c.c. Revisor/a
Archivo

MLDA/edr





ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-
9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"
TEL.: 485-1910 FAX: 485-1913 Y 14
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

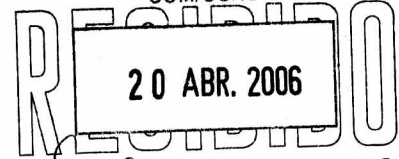
CIEPs. 16-2006

Guatemala, 19 de abril de 2006

LICENCIADA
MAYRA LUNA DE ÁLVAREZ, COORDINADORA
CENTRO DE INVESTIGACIONES EN PSICOLOGIA
CIEPs. "MAYRA GUTIÉRREZ"
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

LICENCIADA DE ÁLVAREZ:

Escuela de Ciencias Psicológicas
Recepción e Información
CUM/USAC



Firma: [Firma] hora: 18:00 Registro: 620-03

De manera atenta me dirijo a usted para informarle que he procedido a la revisión del **INFORME FINAL DE INVESTIGACION**, titulado:

"LA INCIDENCIA DE UNA VIDA SEXUAL INSATISFACTORIA EN LOS CONFLICTOS CONYUGALES DE PACIENTES QUE ASISTEN A LA CLÍNICA PSICOLÓGICA"

ESTUDIANTE:

CARNÉ No.

Abner Jeú González Castañón

9750273

CARRERA: Licenciatura en Psicología

Por considerar que el trabajo cumple con los requisitos establecidos por el Centro de Investigaciones en Psicología, emito **DICTAMEN FAVORABLE**, y solicito continuar con los trámites respectivos.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

LICENCIADA MIRIAM ELIZABETH PONCE PONCE
DOCENTE REVISORA

c.c.: Archivo
Docente Revisor / a

MEPP / edr



Guatemala, 22 agosto 2005

Licenciada:
Mayra Luna de Álvarez
Departamento de Tesis
Centro de Investigaciones en Psicología
CIEP's. "MAYRA GUTIERREZ"

Estimada Licenciada Luna:

Con un atento saludo me dirijo a Ud., y me permito informarle que he asesorado el contenido del INFORME FINAL titulado:

"INCIDENCIA DE UNA VIDA PSICOSEXUAL INSATISFACTORIA EN LOS CONFLICTOS CONYUGALES DE PACIENTES QUE ASISTEN A LA CLÍNICA PSICOLÓGICA".

Tema que fue desarrollado por el estudiante:

Abner Jeú González Castañón

Carné No. 97-50273

Por considerar que cumple con los requisitos establecidos, extiendo la presente para continuar con los trámites de aprobación final.

Atentamente,

"ID y ENSEÑAD A TODOS".


Licda. Sandra Carola Estrada Galindo
ASESORA
Colegiado No. 6199
PSICOLOGA
COL. 6199



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9a. Avenida 9-45, Zona 11 Edificio "A"
TEL.: 485-1910 FAX: 485-1913 y 14
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

cc: Control Académico
CIEPs.
Archivo
Reg.620-2003

CODIPs. 868-2005

De aprobación de proyecto de Investigación

11 de mayo de 2005

Estudiante

Abner Jeú González Castañón
Escuela de Ciencias Psicológicas
Edificio

Estudiante González Castañón:

Transcribo a usted el Punto VIGÉSIMO (20º) del Acta VEINTINUEVE GUIÓN DOS MIL CINCO (29-2005) de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 6 de mayo de 2005, que literalmente dice:

"VIGÉSIMO: El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Proyecto de Investigación, titulado: "INCIDENCIA DE UNA VIDA SEXUAL INSATISFACTORIA EN LOS CONFLICTOS CONYUGALES DE PACIENTES QUE ASISTEN A LA CLÍNICA PSICOLÓGICA", de la Carrera: Licenciatura en Psicología, presentado por:

ABNER JEÚ GONZÁLEZ CASTAÑÓN

CARNÉ No. 97-50273

El Consejo Directivo considerando que el proyecto en referencia satisface los requisitos metodológicos exigidos por el Centro de Investigaciones en Psicología –CIEPs.-, resuelve **APROBAR SU REALIZACIÓN** y nombrar como asesora a la Licenciada Sandra Carola Estrada y como revisor a la Licenciada Miriam Elizabeth Ponce Ponce."

Atentamente,

ID Y ENSEÑAD A TODOS

Licenciado Riquelmi Gasparico
DIRECTOR





Dirección Cablegráfica IGSSO
Dirección Postal: Apartado 349
Teléfono 2475-1618

Instituto Guatemalteco de Seguridad Social
Centro de Atención Integral de Salud Mental

Guatemala, marzo 27 de 2006.

Señores:
Departamento de Tesis
Centro de Investigaciones
en Psicología CIEPS "Mayra Gutiérrez"
Escuela de Ciencias Psicológicas, USAC
Ciudad

Señores del Departamento de Tesis:

Por este medio reciban un atento saludo de las autoridades y personal médico de esta institución.

El motivo de la presente es para informarles que Abner Jeú González Castañón, estudiante de Psicología de la USAC, ha realizado el trabajo de campo con pacientes que asisten a esta institución a su respectiva psicoterapia familiar y de pareja, relacionado a la investigación como punto de tesis, titulada: "incidencia de una vida psicosexual insatisfactoria en los conflictos conyugales de pacientes que asisten a la clínica psicológica". Dicho trabajo de campo ha sido finalizado satisfactoriamente, desarrollándose en tres etapas: entrevista con las parejas, aplicación de cuestionarios y sesiones de biodanza.

Sin otro particular, me suscribo con las muestras de mi consideración y estima.



Dr. Ismael Salazar
Director Ejecutivo
CAIMSM

NÓMINA DE PADRINOS

LICENCIADA SANDRA CAROLA ESTRADA GALINDO
COLEGIADO ACTIVO N°. 6199

DOCTORA MYREIRA ARACELY CASTRO GALINDO
COLEGIADO ACTIVO N°. 9470

AGRADECIMIENTOS

A DIOS, en quien creo, por hacer posible la vida, de todo lo que me rodea y cuanto sucede.

A MIS PADRES, inmensa e infinitamente por su entrega incondicional; por todo lo que me han brindado, gracias. Este es también su éxito.

A MI ASESORA, Carola Estrada, por enseñarme y asesorarme en todo el proceso; impulsando la búsqueda constante del conocimiento en las ciencias psicológicas.

A MI REVISOR, Licenciada Miriam Ponce por acompañarme en este proyecto.

AL CAISM, Centro de Atención Integral de la Salud Mental, Instituto Guatemalteco de Seguridad Social; por permitir la realización de este proyecto en sus instalaciones.

A LA ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, por la formación académica de todos estos años que me permiten aspirar siempre, a ser mejor cada día.

ÍNDICE

PRÓLOGO	12
CAPÍTULO I	14
● INTRODUCCIÓN.....	14
● MARCO TEÓRICO	16
1. De la sexualidad a la psicosexualidad	16
2. Vida psicosexual en las relaciones de pareja.....	17
3. ¿Cómo se construye la psicosexualidad en la persona?.....	29
4. Psicoterapia Corporal.....	40
● Premisas	48
● Hipótesis de trabajo.....	49
● Variables	49
● Operacionalización de Variables	49
● Indicadores.....	50
CAPÍTULO II	51
● TÉCNICAS E INSTRUMENTOS.....	51
CAPÍTULO III	54
● PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	54
CAPÍTULO IV	59
● ANÁLISIS GLOBAL	59
● CONCLUSIONES	62
● RECOMENDACIONES	64
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	65
ANEXOS	68
RESUMEN	

P R Ó L O G O

Las relaciones conyugales o de pareja en nuestra sociedad guatemalteca son vulnerables a sufrir conflictos reflejados en la vida íntima y emocional, debido a diversos factores. Uno de ellos puede ser la actividad psicosexual vivenciada como insatisfactoria, infiriendo que puede producir una relación difícil de sobrellevar.

Está también el hecho de que la psicosexualidad se vuelve compleja, debido a la herencia cultural que se impone en cuanto a prejuicios, educación psicosexual inadecuada, influencia de medios masivos de comunicación y ambiente socio-cultural negativos, como la violencia y la pornografía, que hacen perder de vista la verdadera importancia y significado de vivenciar la psicosexualidad de forma saludable y con todos los componentes psicoafectivos, significativos para mujeres y hombres.

La psicosexualidad humana, es un lenguaje, que comunica el "yo" con un "tú", que comunica dialécticamente nuestras realidades interpersonales y personales, nuestras vivencias, nuestro mundo íntimo. Que no solamente se reduce al coito, sino que conlleva muchos elementos para que resulte satisfactorio, estos son los afectivos, mentales, espirituales y sociales; lo cual me permite conocer con quien estoy tratando; aquí si que es verdad el conocer (...y conoció a su mujer") al que se refiere en lenguaje bíblico. Pero, sin negar la corporeidad y el placer sensual como elemento vital de la existencia humana. Comer, beber, palpar y sentir son experiencias fundamentales, como la psicosexualidad; la diferencia con el acto de comer y beber, es que hay otros elementos en juego. Cuando dos personas se relacionan psicosexualmente no solamente hay contacto genital. Son dos personalidades que se encuentran hasta lograr un grado de intimidad emocional que produce el más excelso bienestar al que pueda tener acceso un ser humano, comparado sólo con la plenitud que se siente en el arrobamiento místico. El propósito, entonces, de la vida psicosexual, se puede resumir en tres elementos: 1º) brindar unidad a la pareja, 2º) brindar placer y, 3º) brindar la oportunidad de procreación.

Es por ello, que, en la presente investigación se consideró importante y de gran valor: el proporcionar un medio donde los pacientes puedan trabajar sus problemas conyugales dentro de un ambiente seguro, cómodo y protegido. Este proceso, deja un registro de los procesos y resultados enriquecedores que se alcanzaron, los cuales están fundamentados en el presente documento, para los profesionales de la salud mental y para todo lector interesado en esta temática para su desarrollo particular.

Resulta, también importante, para la Universidad de San Carlos, específicamente para la Escuela de Psicología, la realización de estudios sobre psicosexualidad aplicados junto a las teorías existentes y dedicadas a enfrentar este tipo de problemática; que cómo se podrá observar en la realidad nuestra, está en infinidad de parejas establecidas. Todo lo mencionado hasta aquí, redundará en nuestro objetivo de servicio: mejorar la calidad de vida del guatemalteco; que la vida sea saludable para la humanidad.

Además, el Centro de Atención Integral a la Salud Mental, del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social, donde se realizó este servicio e investigación, cumplió uno de tantos objetivos propios: brindar atención integral a sus afiliados pacientes, en una de la áreas del ser humano, que a menudo se tornan conflictivas; las relaciones interpersonales.

Digno de mencionar fue, también, el hecho de experimentar e introducir todo un proceso terapéutico, por medio de la técnica denominada biodanza, para coadyuvar a la resolución de problemas psicosociales evidenciados dentro de las relaciones conyugales; lo cual es de suma importancia para las Ciencias Psicológicas y su desarrollo en nuestro país, que aún tiene dificultades para ser consultadas por la mayoría de personas que necesitan de un proceso de psicoterapia, esto, debido a factores como los prejuicios o preconceptos que se poseen al momento de buscar ayuda psicológica profesional.

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

Uno de los temas que más apasionan últimamente a los seres humanos es el de la psicosexualidad, esto no quiere decir que se sepan todos los aspectos que conlleva, ni que se practique sin problemas a su alrededor, es decir, dentro de las relaciones de pareja o conyugales. Existen algunos autores que mantienen la posición de que la psicosexualidad si no se practica adecuadamente puede traer conflictos a la pareja; otros, por su parte, hacen alusión a que el secreto está en la calidad de relación que mantiene la pareja y a otros factores que se necesitan para la convivencia, que de por sí se vuelve compleja. Nuestra posición está acorde con ésta última: tal como fuere la relación humana de los cónyuges, de esa misma manera se presentará en la vida psicosexual, dado que ésta es una parte importante de la relación.

En el presente documento, se encuentran esbozadas ideas, relacionadas con los factores culturales y genéricos que influyen en la formación de la psicosexualidad humana, y que se activan al momento de interactuar con el cónyuge. Por lo tanto, quienes asisten a la clínica psicológica en busca de ayuda profesional para tratar de encontrar solución a los diferentes problemas que enfrentan, necesitan de alguna manera revisar sus actitudes, pensamientos y sentimientos acerca de su psicosexualidad. Se ha llegado a la conclusión, en base a la experiencia, que aproximadamente el 75% de ellos, presentan conflictos conyugales y problemas en la intimidad sexual.

Es por ello que se abordó este fenómeno psicosocial, en el Centro de Atención Integral de la Salud Mental, del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social, de la zona 12 de esta capital; tomando como recurso terapéutico la psicoterapia corporal: Biodanza. Se invitó a siete parejas quienes asisten a la clínica psicológica en este centro, a participar en este estudio; contando al final con cuatro parejas; a quienes se les realizó una entrevista inicial, aplicación de los cuestionarios "A" y "B", con su respectiva historia de la vida en pareja; esto con la finalidad de indagar o explorar las vivencias y experiencias particulares sobre las actitudes hacia la psicosexualidad, relacionada esta con los conflictos conyugales. Inicialmente se planeó utilizar una historia de vida individual, pero se determinó importante crear parámetros para una historia de la pareja (dado que no existe tal instrumento), pues, es la relación conyugal misma la que se está tratando al llevar a cabo una psicoterapia de pareja.

Al final, los resultados obtenidos nos ayudaron a determinar y explicar los factores que se relacionan con las variables de psicosexualidad insatisfactoria y los conflictos conyugales.

Todo esto, recopilado en el presente documento; que, sin duda alguna invita y genera el conocimiento de los fenómenos humanamente entendidos y comprendidos. Presentados debidamente en su apartado correspondiente por medio de gráficas porcentuales.

Es preciso aclarar, que no fue objetivo nuestro, presentar un manual de sexología aplicada, sino escudriñar y devolver el sentido humano de las relaciones conyugales y la vida psicosexual de quienes han tomado la decisión de conformar una pareja y ofrecer una alternativa terapéutica a los profesionales y pacientes. Dado que hoy en día, se utiliza, tergiversa y comercializa con la psicosexualidad humana como nunca en la historia, lo que nos da como resultado la pérdida del verdadero significado de la misma y un menor disfrute de la vida en pareja.

MARCO TEÓRICO

1. DE LA SEXUALIDAD A LA PSICOSEXUALIDAD. . .

"Al construir una nueva moralidad sexual la primera pregunta que debemos hacernos no es ¿cómo pueden regularse las relaciones entre los sexos? Sino, ¿es bueno conservar en ignorancia artificial a hombres, mujeres y niños sobre los asuntos sexuales?"

Bertrand Russell.

En nuestro punto de partida, reconocemos que estudiar la psicosexualidad humana no es una empresa humana nueva. Sus misterios, la fascinación por resolverlos y el poder sentido por el saber psicosexual, han funcionado, desde hace siglos, como motores en el interés humano de entender la psicosexualidad; así también, ha existido su contraparte: la evitación al tema, ignorancia, represión, temores, entre otros. Quizá uno de los factores que haya influido en el asunto, es que hemos dependido de la definición médica de la sexualidad por mucho tiempo, lo que nos lleva al terreno de lo anatómico y fisiológico, cuando en realidad abarca mucho más que eso. Con esto se entiende, que dicha información está incompleta, lo cual, entre otros factores externos, ha coadyuvado a la disociación del significado y siendo más profundo, a la persona misma.

Todo esto ha motivado el influjo de ideas que han ido cayendo en el terreno frágil de los mitos, lo cual a su vez se abre camino por medio de los tabúes, prejuicios y falacias; surgidos de la educación socio-cultural, incluidas las religiones, que le han dado un valor agregado: el estigma de pecado, vergüenza, pudor y morbo.

El ser humano "es un paquete completo; nadie, excepto que padezca una neurosis extrema, ve con pecado sus pies o sus orejas, pero la mayoría de nosotros ha aceptado y le conferimos a la vagina y al pene un sentimiento de profunda condena" (Archila, Arturo; 2004, 4). Irónicamente, los órganos que más placer nos brindan, también son los que mayor conflicto nos causan. Hemos vivido un continuo condicionamiento contra la vida y el placer. Hemos creído que el sexo es un instinto animal relacionado con bajas pasiones. El placer del sexo ha sido condenado y en la intimidad de nuestra cama los ojos de la civilización están presentes con la vista fija sobre nuestros genitales, transformando el acto psicosexual en reproche. Toda nuestra psicosexualidad ha sido moldeada con el juicio ajeno hasta convertirlo en vergüenza propia.

Es por ello que necesitamos conocer no sólo de madurez sexual, sino de madurez psicológica, la cual es importante de poseer para comprender y adquirir naturalmente la responsabilidad que trae consigo nuestra psicosexualidad. Sino fuera así, ¿porque aún se siguen dando los embarazos no deseados entre adolescentes?

Todo este fenómeno lo podemos evidenciar al realizar un sondeo a nuestro alrededor con las personas con quienes nos encontramos; si preguntamos acerca de lo que creen que significan las palabras sexualidad y sexo; serían evidentes dos

categorías de respuestas. El problema radica en la reducción y división de los mismos. La mayor parte de las personas, al reaccionar a la palabra sexualidad, usan términos que connotan sentimientos entre personas, como amor, comunicación, unión, compartir, tocar, cuidar, sensualidad y lo erótico. Mientras que con la palabra sexo (observe el componente fisiológico-biológico) se nos mencionan términos que indican "hacer" algo, como cópula, orgasmo, vagina, pene, genitales y "hacer el amor". Pero éste último es el que predomina como tal, debido al moldeamiento de los medios masivos de comunicación socio-cultural, que nos imponen modas, formas de pensar, de conducirnos y de comportarnos. Reduciendo dicho fenómeno a un simple acto natural; lo que nos da la sensación que es algo mecánico e intrascendente.

Por tal razón, nuestro planteamiento parte desde una perspectiva integral, lo cual nos permite explorar muchas facetas de la experiencia humana que son significativas e interdependientes, constituyendo al ser como un todo en sí mismo, no aislado de los demás. Es decir, dentro de un contexto social donde nos encontramos como individuos, estableciendo una relación recíproca íntima y exteriormente, "con el otro".

De tal manera que al hablar de psicosexualidad, en nuestra realidad, no solamente estamos tratando con un soma y con reacciones físicas, importantes de conocerlas eso sí, pero que es un todo porque se revela también en lo mental, lo espiritual, lo social, lo afectivo y emocional; razón que le da el verdadero sentido a la actividad misma.

La actividad psicosexual es importante. Si bien no debería determinar las condiciones de toda nuestra existencia, debemos procurar encontrarnos cómodos en nuestra psicosexualidad, así como maduramos y procuramos estar cómodos con nuestro aspecto físico y nuestra humanidad, además de la humanidad de los demás. Creemos que, por medio de conocimientos apropiados, cada uno de nosotros puede comenzar este viaje de concienciación, para realizarse a sí mismo y llevar nuestra psicosexualidad con tanta comodidad como nuestra piel, en una tranquilidad flexible de dar y recibir.

Entonces. ¿Qué es más importante, conocer nuestra psicosexualidad o mantenerla en la oscuridad? ¿Es importante que la mujer conozca su psicosexualidad y la del hombre, y que el hombre conozca la psicosexualidad de la mujer? ¿Podemos hombres y mujeres, ser mejores amantes?

2. VIDA PSICOSEXUAL EN LAS RELACIONES DE PAREJA

"La vida sexual en el matrimonio no es automática ni tampoco es únicamente instintiva. Es una aventura experimental y exploratoria que dos personas emprenden durante un periodo largo de tiempo. Hay niveles de logros en el ajuste sexual, al igual que en todos los otros aspectos del matrimonio".

W. Clark Ellsey.

2.1 Algunos dicen que nuestra sociedad exagera la sexualidad, que nos preocupamos por las cosas "sexuales". Pero nuestra psicosexualidad exige nuestra atención. Ocupa un sitio importante en nuestro sentido del humor. A menudo domina nuestras vidas en términos dictados por la publicidad y la moda. Los portabustos, cremas para rasurarse, pastas de dientes e incluso automóviles se anuncian con imágenes sexys y connotaciones sexuales. Aunque en términos proporcionales dedicamos poco tiempo a los actos sexuales físicos, todos, solteros o casados, somos seres psicosexuales 24 horas al día, siete días a la semana, durante todo el año.

Aún cuando nos va bien en el terreno psicosexual (cuando estamos bien ajustados y con seguridad tenemos confianza en nosotros mismos) deliberamos mucho sobre ello. Hacemos chistes sobre el sexo, creamos fantasías sobre el sexo y con frecuencia, traemos a luz encuentros y hazañas sexuales imaginarios. Aún así tal vez suframos en lo emocional, sometidos a una agitación muy dolorosa. Además, somos curiosos, en cuanto al tema. Al aprender sobre la conducta psicosexual de los demás experimentamos el sexo en forma vicaria y aprehendemos, con satisfacción (y a veces con alivio), que la forma en que nos manifestamos no es más que una parte de la gama toda de la expresión psicosexual humana.

El escritor Isaac Bashevis Singer (ganador del Premio Nóbel de Literatura en 1978 por su "apasionado arte narrativo" que tiene sus raíces en la cultura polaco-judía), expresó la importancia que tiene lo psicosexual de la forma siguiente: "el mejor contacto con la humanidad es a través del amor y sexo. En realidad en este campo se aprende todo sobre la vida, pues en el sexo y en el amor se muestra el carácter humano más que en ningún otro campo... Los órganos sexuales son los órganos más sensibles del ser humano. El ojo o el oído rara vez nos sabotean. Expresan el alma humana mucho más que cualquier otra extremidad del cuerpo. No son diplomáticos. Dicen la verdad sin compasión" (1978).

La Organización Mundial de la Salud, afirma que el desconocimiento y no el conocimiento de nuestra psicosexualidad es la causa más importante de los problemas psicosexuales. Está comprobado que los "problemas en ésta área tienen que ver con la educación psicosexual inadecuada. Los jóvenes necesitan mejor información acerca del sexo en general y de los trastornos sexuales en particular"; son las conclusiones de la President Commission on Obscenity and Pornography E.E.U.U. La idea de proteger a los jóvenes del conocimiento de su (psico) sexualidad es una falacia y un mito, dice la Education Council of the U.S. Siccus.

Acá hacemos énfasis, que deberíamos dar a conocer no solamente del sexo y sexualidad biológicamente hablando, sino junto a todo lo que abarca el término psicosexual, mencionado anteriormente; porque, aunque durante los últimos quince años, del siglo pasado, se hayan hecho avances significativos en la calidad y pertinencia de la educación psicosexual, estos sistemas, continúan siendo insuficientes e ineficaces, en el medio. "Las investigaciones y la experiencia clínica atestiguan la presencia de los problemas sexuales crónicos en la vida de los individuos y sus relaciones que son directamente atribuibles a la ignorancia (psico) sexual y a la información errónea" (McCary; 1983; 1). Los psicoterapeutas están encontrando que

las tres cuartas partes de sus pacientes con problemas leves en la esfera emotiva, tienen igual forma dificultades sexuales. También se han hallado complicaciones semejantes en "50% de las relaciones maritales en los pacientes que buscan psicoterapia; el problema de desajuste sexual, no es de naturaleza casual" (Ibid.,). Otro informe declara que "es común encontrar problemáticas de pareja, se informa que 70% de pacientes (estudios de Kaplan) disfuncionales que se presentaban a la clínica, presentaban además problemas de pareja; de igual modo 75% de sus consultantes por problemas de pareja, manifestaban problemas sexuales" (Alvarez, Gayou; 1986; 117).

Todas las autoridades del comportamiento humano coinciden en que el ajuste psicosexual es un requisito importante para la maduración del individuo y su adaptación al medio, y para ello la información es imprescindible.

Es por ello que el conocimiento de la psicosexualidad en la pareja y en el matrimonio, es imprescindible, pues junto a ello traerá aparejado un mayor entendimiento, evitará malos entendidos, facilitará la comunicación y ésta ayudará cuando existan problemas psicosexuales. La información científica, veraz y adecuada puede traer consigo un renacimiento de la psicosexualidad en la pareja, que sin duda alguna robustecerá el matrimonio, lo cual disminuye la tasa de divorcios. El matrimonio funciona como una complicada máquina de relojería, donde debe existir una armoniosa coordinación, interdependencia, interregulación y retroalimentación, entre distintos factores. La falla de uno de estos factores puede traer problemas en la psicosexualidad de cada uno en particular.

La pareja debe ocuparse de éste componente, sin olvidar que es imposible aislarlo del contexto total del matrimonio. Como también, hay que recalcar que el matrimonio puede no resultar saludable para todas las personas. Debemos abordar el tema con naturalidad. La actividad psicosexual se debe presentar como un fenómeno natural y normal de la expresión humana, como algo que no se debe ocultar, eludir ni discutir en voz baja. Es por estas consideraciones que estamos en esta realidad; para crear conocimiento acerca de la psicosexualidad.

En la sociedad actual, debido al avance de los conocimientos médicos en el campo de la sexología clínica, se multiplican las esperanzas de que las personas puedan conocer mejor y aprovechar su psicosexualidad, sin los mitos. Tabúes y falacias de épocas anteriores.

Uno de los medios como pueden enfrentar las personas el tema de la psicosexualidad, como administrar, desarrollar y perfeccionar en lo posible, es dentro del modelo socio-cultural imperante: el matrimonio. El matrimonio es un modelo socio-cultural, educativo, religioso, económico, legal, social y psicosexual. Es donde convergen dos personalidades distintas, de mutuo acuerdo, idealmente por amor; y por medio de estas relaciones interpersonales, se formalizan las relaciones conyugales.

2.2 Las relaciones conyugales no son más que las relaciones humanas dentro del matrimonio o de la pareja, pero estas incluyen muchos aspectos como: la

amistad, el compañerismo, la intimidad física, intimidad mental, intimidad emocional o afectiva, intimidad espiritual e intimidad social. Es acá donde se manifiesta la vida psicosexual de la pareja, como un elemento de la intimidad. Donde tienen lugar las manifestaciones del deseo psicosexual. Este deseo no debe confundirse con la excitación sexual. La excitación ocurre cuando el cuerpo ha sido estimulado, pero el deseo se manifiesta en nuestro impulso sexual o libido.

Algunas personas usan esta energía de que disponen en otros proyectos absorbentes: el establecimiento de un negocio, cuidando del nuevo bebé, participando en deporte, o lidiando con varios niños de edad escolar, incursiones religiosas. "Cuando usamos vastas cantidades de fuerza creativa en otras tareas, nos queda poca energía para alimentar el impulso sexual. A consecuencia el deseo de tener relaciones íntimas disminuye; esto puede ser deseable para una persona que quiere quedarse soltera, pero es perjudicial para el matrimonio" (Van Pelt, Nancy; 2003, 168).

El deseo sexual es resultado de la energía disponible, que a su vez puede ser impulsada por la nutrición adecuada, el ejercicio y el sueño, entre otros factores que se irán mencionando. Todos estos factores afectan dicha energía para participar de la relación marital e incrementar el deseo sexual.

Es posible que aquellos que viven vidas ocupadas y complicadas nunca tengan suficiente tiempo, ni energía, para sentir el deseo sexual. Para corregir este problema, es necesario eliminar las distracciones. Hay mayores probabilidades de que haya satisfacción psicosexual si ambos cónyuges son dignos de confianza y la manifiestan recíprocamente; si cada uno es íntegro y conoce íntimamente a su pareja, si ambos se comportan de forma amorosa hacia el otro, y anticipan y planean sus relaciones psicosexuales, apartando tiempo especial para convivir en forma diaria, semanal, mensualmente, etc.

Desde el inicio, en este proyecto de investigación, partimos con el postulado que todos, mujeres y hombres, somos seres psicosexuales; casados o solteros, no podemos escapar a nuestra psicosexualidad. Somos hombre o mujer, con todo lo que nuestra identidad (genérica) encierra. Es por ello que la vida psicosexual significa muchas cosas para diferentes personas. Puede ser un desafío, un refuerzo para el yo, un arma, un deber, una obsesión, un aburrimiento, un trauma, un pasatiempo, un tranquilizante, un insulto, un deporte. Puede ser significativo o puede estar vacío. La gente habla con frecuencia de las relaciones psicosexuales en términos de "hacerse el amor". Pero esto no es cierto estrictamente hablando, porque el acto físico no es "amor" en sí mismo. "Las actitudes y la calidad de la relación es lo que convierte a la actividad psicosexual¹ en acto de amor. El sexo no es algo que se le hace a una persona, sino algo que uno llega a ser con una persona" (Howse y otros; 1992, 15).

Pero la intensa preocupación por los genitales que se advierte en nuestra sociedad, ha suprimido el énfasis de que la unidad renueva cada vez la confianza, la seguridad y la sensación de ser reconocido, deseado y apreciado; lamentablemente, a

¹ *La cursiva es nuestra.*

cada momento se puede notar que la psicosexualidad se reduce al acto coital ó sexualidad entendida como sexogenital.

En tanto que su significado más profundo es un encuentro interpersonal único en su género, en el que dos personas se unen, y no solamente dos cuerpos. No es nada más que un orgasmo mutuo, sino también un lenguaje, una forma de comunicación total entre ambos, que comunica aceptación, confianza y reconciliación. Durante el acto psicosexual, la pareja anula sus límites y se convierte en una sola unidad. La intimidad psicosexual es una revelación de la conciencia más profunda de la existencia del vínculo del amor, y por eso sirve para renovar y refrescar la relación amorosa.

Hablar este lenguaje de aceptación es decirse cada uno: "Te acepto; estás bien para mí". En un mundo resquebrajado, con todas sus frustraciones, sus sentimientos heridos y sus malos entendimientos; la psicosexualidad puede comunicar un mensaje de perdón y restauración que sana las relaciones interpersonales dañadas, porque está en una relación donde prevalece la dignidad de cada uno, donde la libertad individual no se coarta. Es donde participan "personas juiciosas" (Monedero, Carmelo; 1995; 111), que se caracterizan por tener equilibrio emocional, donde el amor es maduro, muy diferente de la actitud celosa enfermiza e infantil. Esta "madurez consiste en aceptar que el amado, al que constituyo como sexuado, es libre y, como tal persona libre, me ama. Pero también como tal persona libre puede, en cada momento, constituir a otro como ser sexuado" (Ibíd.).

Esto hace que adquiera, naturalmente, conciencia de la responsabilidad, acerca de la relación interpersonal en su realidad y el medio social donde se vive, comprendiendo que toda acción que se realiza "se-hace-para-otro", y tendrá un efecto no sólo en ese otro sujeto, sino que se revierte, lo que es llamado el "efecto boomerang" ó "feedback", -la llamada "relación dialéctica sujeto-objeto" (Castilla del Pino, Carlos; 1991; 69, 70).

2.3 Ahora bien, las expectativas tocantes a la vida psicosexual tienen una relación directa con la calidad y cantidad de educación sexual que el individuo ha recibido. Desgraciadamente, en medio de nuestra sociedad permisiva persiste una cantidad increíble de ignorancia acerca de asuntos psicosexuales. A menudo una joven pareja en luna de miel descubre asombrada que uno de los primeros ajustes mutuos que necesitan hacer surgen en torno su psicosexualidad. Tanto las actitudes incorrectas como la ignorancia y la incomprensión de los sentimientos del compañero o compañera contribuyen a este dilema. Master y Johnson afirman que alrededor de la mitad de los matrimonios se ven afectados adversamente en alguna medida por los problemas de funcionamiento psicosexual. Algunas de las quejas más comunes se refieren a la falta de interés, la depresión de la libido y la indiferencia acerca de la manera de satisfacer al cónyuge.

Sin embargo, hay que tener en cuenta que, en toda relación conyugal habrá ocasiones en las que el cansancio, la tensión o la enfermedad estorben la función psicosexual, obligando a la pareja a colocar una mejor base para su felicidad por

medio de una relación más significativa. Una de ellas está idealmente en la capacidad "decididora" del ser humano, esto quiere decir, que tales relaciones se construyen activamente, lo que traducido en lenguaje bíblico sería el proceso de conocimiento de otro ser, con el cual se decide amar cada día. Constituyéndose esto en fin objetivo de la psicosexualidad.

Pero, también, es válido recordar que la felicidad marital no depende sólo de la psicosexualidad. "Este no puede tomar el lugar de la comunicación, la comprensión y los pequeños actos de amorosa preocupación; el acto psicosexual² puede ser el relleno del pastel, pero no es el pastel entero. Por otra parte, los problemas de funcionamiento psicosexual son una fuente de dificultades que bien se pueden tratar y resolver" (Ibíd., 92). Lo que en otras palabras sería, que la pasión sexual sola, debería estar presente, pero no es suficiente para contar con una vida conyugal satisfactoria, algo que se piensa comúnmente o mejor dicho son las razones que motivan a formar relaciones de parejas en cuantiosas oportunidades. Pero después que se acaba dicho fenómeno, se tornan aburridas, caen en la monotonía y por último se disuelven.

En suma, la buena armonía psicosexual y su disfrute razonable, no pueden ser más que un factor de equilibrio para la pareja. Eso sí, "evitará problemas, disipará tensiones, procurará goces psicoemocionales y físicos; y es que además, son dos seres complementándose y llegando a fundirse en uno solo, en comprensión, generosidad y armonía, alcanzarán la mayor realización individual" (Aguilar y Galbes; 1998; 161).

Por su parte, Duchene y otros escritores eminentes, afirman que la experiencia psicosexual del placer es importante para reforzar la calidad de vida de la pareja como tal, y de cada uno de sus componentes individualmente. El sexólogo Zwang, añade, que también es importante para la persistencia de la unión, aspecto nada desdeñable en estos tiempos de aumento de rupturas matrimoniales o de parejas. Podemos afirmar a partir de lo analizado, que, en las relaciones psicosexuales, no son únicamente las satisfacciones del impulso sexual las que cuentan, sino también la necesidad psicológica y espiritual de afecto, de comprensión, aceptación, de comunicación y de entrega, como expresión de un amor profundo y verdadero, cuyo acto culminante, es, desde luego, la fusión amorosa.

Algunos estudios sobre matrimonios nos indican que las relaciones psicosexuales son menos frecuentes con el transcurso del tiempo, y el declive más rápido tiene lugar durante los primeros cuatro años de matrimonio (Urdí, 1980). No obstante, el 41% de todas las parejas casadas mantienen relaciones psicosexuales dos veces por semana o con más frecuencia, mientras que sólo el 23% de las personas solteras mantienen relaciones frecuentemente. Sin embargo, las personas no casadas que viven juntas representan el grupo psicosexualmente más activo, el 56% mantienen relaciones por lo menos dos veces por semana (Laumann et. al.; Michael y otros, 1994).

² La cursiva es nuestra.

No es sorprendente que el amor apasionado tienda a disminuir con el paso de los años, pero Aron y Henkemeyer (1995) hallaron que las mujeres y hombres que todavía sienten amor apasionado después del paso de varios años estaban más satisfechas con sus matrimonios, que quienes no han mantenido tales sentimientos durante el tiempo.

Para hombres y mujeres, la satisfacción esta relacionada con el comportamiento que sugiere un amor de compañerismo, compartir actividades, intercambiar ideas, reír juntos y trabajar en algún proyecto -entendiendo que "el proyecto es lo que se-debe-hacer dentro de lo que se-puede-hacer" (Castilla del Pino, Carlos; 1991; 61)-, que ayude al desarrollo individual y de pareja en conjunto, estas vivencias son las que deben proporcionar satisfactores, lo cual hace saludable la relación dialéctica de cada sujeto con su objeto -las vivencias-, su realidad. Esto indica que el amor de compañeros es la clave para la satisfacción matrimonial, pero las mujeres son más felices si también continúan sintiendo chispas de amor apasionado.

Una tarea principal, para ambos cónyuges, es la de descubrir la mejor forma de ajustarse a las demandas de la paternidad y el mantenimiento de la situación laboral (Gilbert, 1993; Nelson y Roberts; 1992). Por alguna razón, sin temor a equivocarnos, debido a razones de género; cuando tienen una carrera activa, las mujeres todavía hacen mucho más del 50% de las tareas domésticas. En efecto, comparado con las parejas heterosexuales y gays, solamente las parejas lesbianas parecen estar más capacitadas para compartir las tareas domésticas de manera equitativa. Los problemas interrelacionados que se asocian con las carreras duales en la relación son la paternidad y los intentos para mantener una relación psicosexual.

Otro estudio determinó, que los factores psíquicos son responsables en la mayoría de los casos de disfunción de la excitación y del orgasmo. "Comprenden éstos la estimulación (psico) sexual inadecuada, discordia marital, factores inhibidores (ira, miedo, culpa), trastornos psiquiátricos, siendo el más frecuente, la depresión y situaciones difíciles de la vida como divorcio y muerte de la pareja" (González, María; 1986; 41).

Los factores psíquicos primarios son categorizados como intrapsíquicos, lo que incluyen sentimientos de inadecuación, inhibiciones relacionadas con la formación religiosa, temor a perder el control sobre sí; dificultades en las relaciones interpersonales que incluyen, culpa e ira, algunos de ellos son:

- Ψ Ansiedad por realización
- Ψ Actitud de espectador, observando las propias respuestas, más que disfrute de ellas.
- Ψ Necesidad excesiva de complacer a la pareja,
- Ψ Racionalización, y falta de comunicación.

Estos factores pueden tener por consecuencia una sutil colisión entre la pareja, para evitar la relación.

Un problema común en el matrimonio surge cuando el deseo de uno de los miembros de la pareja por tener relaciones psicosexuales es más frecuente que el deseo de su cónyuge. Cuando las necesidades del esposo son más fuertes que las de ella, él no tiene que exigir el coito, cada vez que se le antoje; ella por su lado puede esforzarse por satisfacer las necesidades de él, como una expresión de amor. Es mucho más fácil vivir con una persona satisfecha psicosexualmente, que con una persona que no lo está.

Aunque los hombres manifiesten deseo mucho más a menudo, últimamente las mujeres, particularmente las de más de cuarenta años, también revelan sus deseos de tener relaciones psicosexuales con más frecuencia. Las estadísticas en cuanto a la frecuencia informan que las parejas entre las edades de veinte a cuarenta años tienen relaciones psicosexuales un promedio de una a tres veces por semana. Las parejas de cuarenta y cinco años en adelante informan que las tienen, en promedio, una vez por semana.

Sin embargo, la frecuencia depende de un gran número de factores como: la edad, la salud, las presiones sociales y laborales, la disposición favorable emocional y la habilidad de comunicarse en cuanto al sexo. Por lo tanto, los promedios tienden a ser engañosos. Cada pareja necesita encontrar una frecuencia afín a su deseo y estilo de vida y no preocuparse de los números.

Los hombres tienen que reconocer que las mujeres son más complejas que el hombre en cuanto a la psicosexualidad. La mayoría de las mujeres se excita de forma muy diferente que el hombre. Cualquiera de estos daría con gusto el sueldo de un año entero por aprender el secreto de cómo lograr que su esposa fuera más sensible psicosexualmente. La respuesta a esta pregunta y muchas otras en el área de la psicosexualidad femenina, se encuentra en la calidad de la relación entre el esposo y la esposa.

Los estudios en esencia, del Dr. Seymour Fischer, nos dicen que si la mujer se siente insegura en sus relaciones, se le hace muy difícil confiar en los demás y depender de ellos. "El impacto psicológico de su inseguridad la vuelve una mujer de capacidad orgásmica baja, cuyo instinto le hace sentir que las personas significativas de su vida, o se van a ir o la van a defraudar hasta el punto en que ella no puede confiar en ellos. Como resultado, tiene dificultad para confiar, relajarse y abandonarse en los brazos de su esposo" (Van Pelt; 2001; 173). Esta actitud de temor e inseguridad le roba a su cuerpo la habilidad de responder en la intimidad psicosexual en forma completa.

Otro descubrimiento del estudio del Dr. Fischer, tiene que ver con la calidad de la relación que la mujer tuvo con su padre. Con bastante regularidad él descubrió que "mientras más baja era la capacidad orgásmica de la mujer, más probabilidades había de que ella contara que su padre la habría tratado con indiferencia, sin la intención definida de controlarla ni imponerle la obediencia de su voluntad, que fue una persona permisiva en vez de esperar que ella se sometiera a reglas bien definidas" (Ibid.). Es decir, si su padre manifestó interés y participó activamente en su crianza, si se

preocupaba por lo que le sucedía a ella, la hija aprendió a trabajar, a cumplir y a responderle a él. Se acostumbró a responder al hombre.

En este momento, podemos afirmar, que el amor y la confianza proveen un fundamento seguro para la sensibilidad psicosexual de la esposa. Y el respeto de una mujer por su esposo aumenta su habilidad de responder consistentemente a través del tiempo. Lo que una esposa necesita realmente es un compañero que se interese en los aspectos espirituales, sociales, emocionales e intelectuales y esté al tanto de sus necesidades, de sus metas y deseos como una persona.

Otro aspecto importante, es que muchas personas piensan que el ideal del coito es lograr orgasmos simultáneos. "Puesto que tan sólo aproximadamente 17% de todas las parejas tienen orgasmos simultáneos -y aún a ellos les sucede solo de vez en cuando- ésta meta hace que muchos matrimonios se sientan inadecuados; sin embargo, el reporte de Janus mostró que sólo 24% de los hombres y 14% de las mujeres casadas sentía que el orgasmo simultáneo era vital para su felicidad (psico) sexual" (Janus, Cinthia y Samuel; 1993; 80, 81). Tratar de lograr el orgasmo al mismo tiempo puede, en efecto, hacer la relación menos satisfaciente.

Hay que hacer notar, que la mujer puede sentirse suficientemente satisfecha, aunque no experimente un orgasmo, si no se siente presionada por las expectativas del esposo. Algunos hombres miden su destreza psicosexual en base a los orgasmos de la esposa (lo cual fue evidente en el reporte Janus). Si ella no llega al orgasmo, él pone mala cara; esto presiona a la mujer para que actúe en una forma que cumpla con las expectativas de él, aún cuando ella no siente el deseo. Esto impide que los orgasmos reales lleguen.

Un requisito para una vida psicosexual extraordinaria, es que la mujer no sienta ninguna presión; a veces el será fantástico y en otras será ordinario o tal vez ni siquiera ordinario. Sin embargo, no importa la intensidad, siempre debe ser amoroso. Esto por lo general significa que el hombre tiene su orgasmo y la mujer el afecto físico que desea; entonces los dos ganan.

Otro asunto, es el orgasmo centrado en el clítoris versus orgasmo vaginal; hasta la fecha ninguna investigación ha comprobado jamás que el orgasmo centrado en el clítoris sea inferior al vaginal. Es más, está bien documentado que orgasmo es orgasmo. No es de importancia si es una reacción clitoral o vaginal ya que el cerebro y los órganos sexuales trabajan juntos para producir el orgasmo. Todos los orgasmos no importa del lugar donde se originen tienen la misma reacción.

El estudio Hite encontró que sólo 30% de 300,000 mujeres de la investigación podían lograr orgasmo en forma regular sin estimulación del clítoris. Esto significa que para aproximadamente 60 o 70% de la población femenina los movimientos de entrada y salida del pene en la vagina no las lleva al orgasmo en forma regular. La renuencia de una pareja amante de incorporar la estimulación del clítoris como una parte significativa de los juegos sexuales ha impedido a más mujeres alcanzar la satisfacción orgásmica que cualquier otro factor único.

Según nuevos estudios de la psicosexualidad femenina, han demostrado que algunas mujeres pueden tener varios orgasmos en un período de tiempo breve. En los hombres esto no es posible sin un tiempo de descanso. Pero una mujer estimulada continuamente es capaz de tener hasta cinco o más orgasmos que a menudo van aumentando en intensidad. La mayoría de las mujeres no sabía esto en el estudio Hite.

Claro que este fenómeno lo puede propiciar un hombre considerado, inmediatamente después de su eyaculación, estimulando el área del clítoris para que ella pueda repetir la experiencia. Es la reacción natural de un esposo amante desear proveerle a su esposa todo placer. Pero no deben ser forzados, ni deberían ser esperados en cada encuentro psicosexual. La mayoría de las mujeres en el estudio mencionado reportaron que deseaba un solo orgasmo.

Al hablar de los problemas psicosexuales, podemos informar que son comunes en cualquier sector de la población humana. Una cantidad de factores orgánicos (como la enfermedad y las drogas), factores psicológicos (la ira y la ansiedad por tener que actuar de cierta forma) y de influencias culturales (la vergüenza y la culpabilidad) pueden intervenir en el delicado mecanismo sexual y a veces desviarlo completamente.

Un estudio donde cien parejas que consideraban que su matrimonio era "feliz" o "muy feliz" fueron interrogadas extensamente acerca de su vida marital. "Entre estas personas satisfechas, aproximadamente la mitad de las mujeres reportaron dificultad en excitarse psicosexualmente y 46% dijeron que tenían dificultad para tener orgasmos". "Las disfunciones psicosexuales eran menos comunes entre los hombres, sin embargo el 10% admitió que tenían dificultad de erección, y más de la tercer parte reportó eyaculación precoz" (Van Pelt; 2001; 185).

Por lo tanto, la suposición de que las parejas felizmente casadas se encuentran libres de problemas psicosexuales no es necesariamente válida. Como tampoco se puede admitir que un problema psicosexual sea sinónimo de un matrimonio desdichado.

Hoy en día, el término frigidez, ya no se usa, actualmente se le designa como preorgásmica. Y se dice que la mujer que no está llegando al orgasmo simplemente no ha aprendido a hacerlo o a como alcanzarlo todavía. La respuesta orgásmica de la mujer está estrechamente relacionada con sus sentimientos acerca de sí misma. El resentimiento, la amargura, la mala información y las actitudes motivadas por el cansancio levantan barreras psicosexuales en la mujer, que le hacen difícil, si no imposible, responder. Se dice que los problemas se resolverían fomentando una comunicación efectiva, y no sólo los de índole psicosexual sino cualquiera que pueda surgir dentro de una relación interpersonal. John Powell en su libro ¿Por qué temo decirte quien soy? (Why Am I to tell Who I Am?) describe cinco niveles en los cuales nos comunicamos. Todos, los cinco niveles son necesarios y útiles para las buenas relaciones. Sin embargo, la comunicación íntima es una necesidad para los

matrimonios relacionales de hoy, que requieren una profundidad más significativa que una simple funcionalidad. Usualmente la comunicación en este nivel hace impresión duradera y profunda en ambas personas y enriquece la relación. Aunque El nivel de comprensión profundo es más difícil de aprender, pero, es posible.

De esta manera podríamos seguir mencionando temas que pueden volverse mitos y tabúes, de los cuales sólo mencionamos algunos de tantos que existen. Consideramos de mayor relevancia, abordar los aspectos que pueden ayudar a la sana convivencia de la pareja, lo que pasamos a considerar, para concluir con esta parte del documento.

2.4 Se ha mencionado que la mujer responderá al hombre en proporción directa a la habilidad que él manifieste de satisfacer las necesidades emocionales de ella. Es posible que él se pregunte como ella puede aseverar que todavía lo ama y sin embargo negarle lo que él quiere y necesita. Pero cuando las cosas están fuera de equilibrio en el departamento psicosexual, el esposo haría bien en mirarse a sí mismo, porque a menudo la razón de tener una esposa desinteresada es un esposo que no logra satisfacer sus necesidades. Por eso resulta necesario que el hombre tome en cuenta lo siguiente:

1°. Tratarla con amor fuera de la habitación. A ella le estimula la cantidad de atención cariñosa durante el día y considera cada relación íntima como un momento de amor profundo y un parte importante de su vida. Dos cosas excitan a la mujer más que nada: el contacto físico y las palabras; y los que saben escuchar bien son buenos amantes (Ibíd., 195).

2°. Tomarse tiempo para los juegos sexuales. Los hombres tienden a concentrarse sólo en el coito. Lo más importante que se debe recordar es que se requiere un promedio de quince a veinte minutos con el fin de preparar a la mujer y una con un problema psicosexual puede requerir treinta minutos o más. Cuando un hombre es paciente con su esposa, logra conducirla hacia la mutua satisfacción de la experiencia psicosexual.

3°. El hombre debe entender las zonas de placer de la mujer. En el hombre la mayor parte del enfoque sexual se centra en el pene, pero la mujer tiene diversas áreas potencialmente erógenas: el cuerpo, la vulva y el clítoris. Idealmente, los dos pueden hablar acerca de lo que la esposa necesita de él, de modo que el hombre varíe su estilo y que sea creativo.

4°. Aprender a prolongar los juegos amorosos. Cuando el hombre logra este tipo de control, está aprendiendo a ser un gran amante.

5°. Entrar por invitación. Un amante competente entra al cuerpo de la mujer tan sólo cuando ella se lo indique. Cuando ella está lista pedirá que entre. Todos nos sentimos bienvenidos cuando alguien nos ha invitado para que entremos en su hogar.

6°. Placer psicosexual y deleite sin exigencias. El esposo nunca debería exigir a su pareja a tener un orgasmo, ya que dicha exigencia la colocaría frente a un problema sin solución.

7°. Negar el hombre las relaciones psicosexuales cuando la esposa lo induzca o inicie, podría tener graves consecuencias a la relación, ella se sentiría rechazada y herida en lo más profundo de su ser.

A la mayoría de las mujeres se les ha enseñado que en lo que concierne a la relación íntima le deben permitir al esposo tomar la iniciativa. Se supone que él tendrá la relación psicosexual con ella. Por lo tanto, esperan que su esposo les exprese amor; que sea sensible a sus necesidades y deseos. La relación íntima no debería ser una calle de una sola vía donde solamente el esposo satisface a su esposa. Él necesita y quiere una esposa que sepa cómo satisfacerlo a él durante el coito y otras áreas de la relación. Es importante que tomen parte activa en su relación:

1°. Hacerle sentir que lo encuentra atractivo. Él necesita saber que ella lo encuentra psicosexualmente atractivo antes de poder atender las necesidades emocionales de ella.

2°. Entender cuáles son los estímulos que excitan al hombre. El hombre ha sido criado para ser psicosexualmente sensible a los estímulos visuales o externos y a los movimientos táctiles. A los hombres les encanta ver la figura femenina y se excitan con sólo una mirada a una mujer desnuda o parcialmente desnuda. Un hombre normal, saludable y viril responde naturalmente a lo que ve y toca, y que mejor que con su cónyuge o pareja.

3°. Hacerlo con caricias. La mujer considera un abrazo o una caricia como una muestra de ternura y cariño. Los hombres ven el mismo abrazo o caricias como un prelude a la actividad psicosexual. Durante el juego erótico, especialmente en el área de los genitales. La mujer tiende a desear las caricias genitales solo en las últimas fases.

4°. Prolongar el tiempo de la relación amorosa. Mientras más estimulación tenga el hombre, más intenso será su orgasmo (antes del coito, antes de la eyaculación).

5°. La mujer debe sentirse bien respecto de sí misma y su cuerpo. Si no se considera por sí misma atractiva, no puede ser sexy. La mujer no tiene que ser una reina de belleza, tiene que sentirse bien acerca de sí; porque el esposo sentirá de igual manera.

6°. Hacer del encuentro psicosexual una prioridad. El encuentro psicosexual de los cónyuges que se conocen mutuamente, proporcionará experiencias inolvidables. Uno de los mayores obstáculos que impide a las mujeres interesarse en el sexo, es la fatiga. La mujer amorosa arreglará prioridades de tal manera que el sexo no quede en

último lugar. En gran medida la mujer controla las reacciones psicosexuales de su esposo.

Cuando la esposa hace que el esposo se sienta psicosexualmente como un rey, es mucho más probable que él se comporte de ese modo y la haga sentir a ella como una reina. (Nancy van Pelt, "Secretos para matrimonios amorosos y excelentes"; pags. 195-203)

3. ¿COMO SE CONSTRUYE LA PSICOSEXUALIDAD EN LA PERSONA?

Murray S. Davis, dijo en cierta ocasión: "El sexo atrae o aterra, fenómenos que se excluyen mutuamente: rara vez está en terreno intermedio" (1983; 87). Y cuanto más hábiles somos para hablar de psicosexualidad, mayores son las dificultades que encontramos al tratar de comprenderla. "Pese a los intentos sostenidos a lo largo de muchos años para desmitificar el sexo, y a varios decenios de liberalismo y tolerancia proclamados -o condenados- a voz en cuello, lo erótico todavía despierta una fuerte dosis de ansiedad moral y confusión" (Weeks, Jeffrey; 1998; 15). Esto no se debe a que la psicosexualidad sea intrínsecamente "mala", como señaló acertadamente una comentarista sensible, sino, "al hecho de que es un crisol de sentimientos poderosos" (Cartledge, Sue; 1983; 170).

Las fuertes emociones que indudablemente despierta el mundo de la psicosexualidad le confieren una sensibilidad sísmica y lo convierten en una banda de transmisión para una amplia variedad de necesidades y deseos: amor y odio, ternura y agresión, intimidad y aventura, romance y depredación, placer y dolor, empatía y poder. La experiencia del sexo es muy subjetiva.

La psicosexualidad es dinámica, esta habilidad que posee le ayuda a adoptar diversas formas y aspectos, de modo que lo que para uno puede ser fuente de calidez y atracción, para otro puede serlo de temor y odio; hace que sea un conductor particularmente sensible de influencias culturales, y por lo tanto, hasta de divisiones políticas y sociales.

Es necesario saber a que nos referimos cuando hablamos de psicosexualidad, que aclaremos el significado (o los significados) de este fenómeno complejo. Tenemos que saber lo que ha sido y lo que es, antes de poder decidir racionalmente lo que debería o podría ser.

3.1 Desde la antigüedad, "los griegos interrogaron sobre el comportamiento sexual como postura moral y buscaron definir la forma de moderación que se necesitaba para ello"(Focault, Michel; t. II; 2003; 226), sin interesarse por los placeres psicosexuales. En la literatura encontramos que dejaron muchos testimonios que dan fe de la existencia de otros temas y otras preocupaciones. Para ellos esa no era una cuestión importante comparada con lo que decían sobre la alimentación o el régimen.

Resulta sumamente interesante el lento desplazamiento de interés que se produjo desde la alimentación (una preocupación omnipresente en Grecia) hacia la psicosexualidad. Las leyes que regulaban la conducta psicosexual no eran muy numerosas ni tenían demasiada fuerza. A los griegos lo que les interesaba era constituir una ética que fuera una estética de la existencia. "Desde el siglo IV encontramos claramente formulada la idea de que la actividad sexual es en sí misma bastante peligrosa y costosa, ligada fuertemente a la pérdida de la sustancia vital, para que una economía meticulosa deba limitarla por lo mismo que no es necesaria; encontramos también el modelo de una relación matrimonial que exigía por parte de los dos cónyuges una igual abstención de todo placer extraconyugal; finalmente, encontramos el tema de una renuncia del hombre a toda relación física con un adolescente" (Ibíd. , 227).

Como podemos percibir, estos intentos por reglamentar su conducta psicosexual, consistían en "desarrollar artes de vivir, de comportarse y de usar los placeres según principios existentes y austeros" (Ibíd., 226).

En síntesis, se puede decir, que para los griegos y su ética sexual, la diferencia no estaba en preferir a los mujeres o a los hombres, ni en "hacer el amor" de una u otra forma. Era más bien una cuestión de cantidad, y de actuar como activo o como pasivo; en ser esclavo de los propios deseos o maestro de ellos. ¿Y si alguien hacía tanto el amor que su salud podía resentirse? Eso era lo que ellos llamaban "la hybris", el exceso. No se planteaban el tema de la desviación, sino el del exceso o la moderación. Luego, el foco de la evolución se desplaza y enfoca alrededor de la mujer. Pero es la mujer y la relación con la mujer la que señalará los tiempos duros de la reflexión moral sobre los placeres psicosexuales: sea bajo la forma del tema de la virginidad, de la importancia que toma la conducta matrimonial o el valor acordado a las relaciones de simetría y de reciprocidad entre los cónyuges.

Más tarde, estas formas de reflexión se van a acercar mucho a las formas de austeridad en las sociedades occidentales cristianas. En efecto, es preciso ver que el principio de una templanza psicosexual rigurosa y cuidadosamente practicada es un precepto que no data del cristianismo, ni de la Antigüedad tardía, ni siquiera de los movimientos rigoristas que tuvieron vida, con los estoicos por ejemplo, en la época helenística y romana.

Posteriormente, la unión de dos culturas dio lugar al imperio grecorromano, donde la actitud subyacente de la época era el hedonismo. "Homosexualidad, bisexualidad y aborto se practicaban y aceptaban ampliamente; y los dioses mismos establecían relaciones sexuales muy claras uno con los otros" (Gotwald y Goleen; 1983; 8). A medida que las civilizaciones y culturas comenzaron a encontrarse y fusionarse, se filtraron en la tradición grecorromana ideas orientales sobre la naturaleza espiritual de las personas. La vida después de la muerte se hizo una idea preponderante. Esta inquietud condujo a las persona a mostrar ansiedad sobre su vida en la tierra y cómo su conducta afectaba la vida que preveían después de la muerte. Se fue creando una dicotomía, que ocurría entre el hedonismo y el ascetismo,

donde el cristianismo encontró suelo fértil y se sembraron las semillas de lo que hoy se conoce como la ética sexual cristiana.

Esto nos lleva a la época de la Edad Media donde la Iglesia consolidaba su poder, de modo tal que la teología se equiparaba a la ley civil, es decir, que mucho de lo que se transformó en ley civil, en sus orígenes se basaba en mandamientos de la Iglesia. En esta época aparecieron los famosos cinturones de castidad, y se hicieron evidentes muchos problemas psicosexuales, por lo que la Iglesia para reafirmarse refrenda el matrimonio monógamo y declara al instinto sexual como demoníaco dando origen así a la Santa Inquisición. A las mujeres se les asigna un rol muy subordinado, si recordamos y analizamos los datos históricos e inicios del cristianismo, es producto de una herencia cultural y de tradición más que doctrina; al considerar al fundador de dicha religión, Jesucristo, según el registro bíblico, en ningún momento se mostró opuesto a lo psicosexual. Precisamente realizó su primer milagro en una boda. Además es interesante ver cómo se mostró misericordioso con la mujer adúltera y no la condenó, sino que favoreció su rehabilitación y reinserción social. Encontramos que desafió al sistema, rodeándose por mujeres y dedicándoles atención especial, cosa inimaginable para su época, rompiendo estereotipos fuertemente arraigados. Posteriormente el punto de vista confuso sobre el matrimonio y la conducta psicosexual se percibirá en sus discípulos.

Por ejemplo, cuando San Agustín se convirtió al cristianismo en el siglo IV, trató de expiar su anterior vida psicosexual agitada. Al sentirse culpable de sus excesos sexuales predicó con fervor la castidad. En el mejor de los casos, puede decirse que era ambivalente y que luchaba contra lo que antes, es obvio, había experimentado como placentero.

Por otro lado, también se pueden encontrar que en la mayoría de los textos alto medievales no se hace referencia a la relación conyugal con la palabra amor, utilizándose más bien el término "caritas". Este término lo utiliza Jonás de Orleáns en el siglo IX para hacer referencia al amor que conlleva la "honesta copulatio", la relación sexual que tiene como objetivo la procreación, una relación carnal sin desbordamientos y absolutamente fiel y desinteresada. Sí se emplea la palabra amor para hacer referencia a la relación extraconyugal, cargada de pasión.

En la Alta Edad Media se considera que el amor es un impulso irresistible de los sentidos, un impulso de deseo que difícilmente puede manifestarse en el ámbito matrimonial. Los paganos encuentran el origen de esta pasión en la divinidad mientras los cristianos la achacan al maligno Satán, por lo que este amor debe ser destructor. Los germanos utilizan un término relacionado con el deseo psicosexual: la "líbido", curiosamente siempre relacionado con las mujeres. Los códigos legales hacen referencia a este ardor psicosexual, hablando de las viudas: "toda viuda que libre y espontáneamente, vencida por el deseo se haya unido con alguno y esto haya acabado por saberse pierde inmediatamente sus derechos y no puede casarse con el hombre en cuestión".

Es en esta época donde encontramos numerosos testimonios de mujeres que realizan todo tipo de conjuros y pócimas para atraer la atención del hombre amado. Es también donde dan lugar a los supuestos afrodisíacos, mitos y castigos para las actividades psicosexuales que se consideraban fuera de la norma.

Mientras tanto, la Iglesia, continuaba proclamando la actitud religiosa de soltería y ascetismo como la forma de vida más deseable, la cual se difundió y dominó gran parte del arte y la literatura de los primeros siglos de la edad media. Este supuesto ideal superior de hecho correspondía muy poco a la realidad de la vida cotidiana. Sólo es necesario mirar algo de la literatura secular del siglo XIII para apreciar que la gente común tenía ideas similares. Los escritos de Chaucer, por ejemplo, están llenos de buen humor obsceno y realista acerca de las uniones sexuales.

A finales del siglo XV aparecen en Europa los primeros indicios de enfermedades de transmisión sexual, conocidas entonces como enfermedades venéreas y que fueron consideradas un castigo celestial por los excesos sexuales.

En el siglo XVI, al comenzar la Reforma, se criticaban las ideas y creencias de la Iglesia. Las personas comenzaron a viajar largas distancias fuera del hogar, y nuevas filosofías y culturas les influyeron.

Del siglo XVI al XVII ocurrió el establecimiento y promulgación de las creencias protestantes. En vez de elevar el celibato a un estado envidiable y santo, los protestantes siguieron la tradición hebrea y restablecieron el matrimonio como un estado de alegría. "Se hizo desaparecer mucho el estigma que se había impuesto al sexo, y se le aceptó dentro del matrimonio" (Gotwald y Golden; 1983; 9).

Al ocurrir el Renacimiento, en los siglos XVI y XVII o inicios de la Época Moderna, se dio rienda suelta al interés en el cuerpo humano, y las cuestiones psicosexuales. La pintura y la literatura de esa época se conservaron a la par con la nueva conciencia y franqueza. Fue la época de grandes personajes de la historia. Se hicieron descubrimientos importantes en física y astronomía, iniciaron los primeros experimentos científicos, lo que en otras palabras sería, el renacer científico. Pero, lo que es más importante, las personas se interesaron en el estudio de la humanidad.

Es en esta parte de la historia, cuando el Nuevo Mundo fue colonizado, donde los conquistadores trajeron costumbres religiosas que plasmaron en los habitantes de este lugar. Estas consistían en volver a las enseñanzas del Antiguo Testamento, hubo una adherencia estricta al acto psicosexual dentro del matrimonio y la celebración del vínculo matrimonial. Lo cual no fue fácil, porque se mezclaron dos culturas muy distintas, los españoles y los pueblos mesoamericanos, uno de ellos: los mayas; "que poseían una cosmovisión dualista en que el orden y el caos, el día y la noche, el cielo y la tierra eran asociado en forma dialéctica con la masculino y lo femenino. Los mayas aparecen como más tolerantes de la sexualidad premarital, la homosexualidad y el adulterio femenino, además de que parecen valorar más el rol social de la mujer, comparado con otros pueblos, por otro lado, sin embargo, su estructura social era más patrilineal, patrilocal y patriarcal." (Dávalos López, Enrique; 1994; 150).

Es por ello que en el periodo colonial, por un lado se observa con claridad cual fue el discurso teológico sobre el matrimonio, la psicosexualidad y la familia, pero por el otro, sabemos que esas normas no eran practicadas en la población. “Dos patrones culturales que bien podrían traducirse en quienes por un lado, comprenden el modelo cristiano occidental de familia y viven bajo reglas escritas y, por el otro, una población que cotidianamente practicaba otra sexualidad. Esos dos patrones culturales correspondieron en la nueva España a dos formas de vida diferente, se hallaban los hombres y mujeres que en sus costumbres se acercaban más a lo que se ha denominado la familia cristiana occidental -curiosamente coincide con los grupos de españoles y mestizos-, y por el otro se hallaban quienes tenían relaciones sexuales sin preocuparse por ser pecadores” (Ibíd., 160, 161).

Como puede notarse, no hay una diferencia marcada con los tiempos posmodernistas que vivimos. En pocas palabras podemos decir, que nosotros, como parte del nuevo mundo, el continente americano, somos herederos de la tradición cristiana, que ha tendido a ver en la psicosexualidad una fuente de aprensión y conflicto moral, lo cual, a su vez, ha dado por resultado un dualismo persistente entre el espíritu y la carne, entre la mente y el cuerpo. La consecuencia es una cultura que repudia el cuerpo y al mismo tiempo muestra una preocupación obsesiva por él. Es por ello que necesitamos ver nuestra psicosexualidad no sólo como una parte del ser humano, sino percibirlo como un todo, que nos atañe, que afecta a todo nuestro ser.

Posteriormente, en el norte del continente americano, en los primeros años del siglo XVIII, se puede observar el desarrollo de los puritanos en el territorio estadounidense. “Las costumbres y actitudes sexuales de la Era Victoriana, que en sentido cronológico consideramos equivalente al período de la Reina Victoria (1834-1901), adoptaron un tono muy diferente de la ética puritana” (Gotwald y Golden; 1983; 10). La religión ocupó un sitio secundario en lo que se refería a suministrar las respuestas a las preguntas básicas sobre la vida. La ciencia y los conocimientos intelectuales se hicieron objeto principal de los estudiosos. Las culturas se encontraron y fusionaron, y los estudiosos fueron capaces de intercambiar ideas con mayor facilidad. Se creaban respuestas concretas sobre la vida y la naturaleza física de los hombres. Por lo menos en sentido superficial, al parecer la pasión simple que existía en las relaciones puritanas fue enterrada por el frío corazón victoriano.

Para el victoriano, lo psicosexual era un desperdicio de energía. Si se sublimaba el impulso psicosexual, esta fuerza podía usarse para el trabajo y los grandes logros. Los victorianos deshumanizaron todo lo que le rodeaba, y las patas de los pianos se cubrían pues sugerían la pierna humana, cuya existencia no debía reconocerse. Las visitas a los museos de arte se conducían por separado para varones y mujeres, para que las pinturas y esculturas de desnudos no se vieran en grupos mixtos.

En Europa, las novelas idealizaban y daban tinte romántico a las relaciones entre hombres y mujeres; en Estados Unidos, los escritores del siglo XIX se ocupaban de estas relaciones en forma ascética y simbólica. Las personas luchaban más que

nunca para suprimir sus inclinaciones naturales, sus sentimientos humanos esenciales, para ajustarse a la actitud manifiesta de la época. Sin embargo, no tardó mucho en que la era victoriana se hiciera incapaz de conservarse a la par de una sociedad cada vez más movible, sociedad que se hacía más compleja y urbana. Esta influencia, no dejará de sentirse en el territorio latinoamericano, puesto que se utilizará este medio, las novelas románticas, "para lograr diseñar una nueva esfera social, los escritores del siglo XIX, consideraron necesario 'instruir al pueblo' sobre la idea de familia en que creían, sobre el matrimonio y la sexualidad. Así, buena parte de su atención la dirigieron al rol que los hombres y mujeres debían jugar en el matrimonio; esa educación, aunque en algunos momentos se dirija explícitamente a las mujeres - futuras madres y servidoras fieles del hogar-, también se dirigió hacia la sexualidad del varón" (Dávalos, Marcela; 1994; 166).

El siglo liberal designó roles muy claros para cada sexo; sus responsabilidades, obligaciones, derechos, permisibilidades y tolerancias se hallan inscrito en un discurso normativo que fue impuesto para ambos por igual. Por tanto, la sexualidad del siglo XIX no puede ser comprendida sino al interior de una relación de pareja que se complementa obligatoriamente. Lugar donde las mujeres y hombres enamorados son candidatos para el matrimonio, pero, sobre todo, son candidatos para caer en la tentación de la carne. Detrás de las explicaciones dadas por los novelistas, se hallan una serie de presupuestos teológicos y platónicos que orientan el comportamiento adecuado antes de la psicosexualidad.

Si la virginidad de la mujer durante la Colonia fue considerada como cuestión de honor, y el adulterio femenino una deshonra para el marido y para la familia, en el siglo XIX, la virginidad femenina fue vista como la pureza inherente al sexo femenino. "Para ella, es fácil controlar los sentimientos amorosos, entreteniéndolo el pensamiento-espíritu con labores propias de su sexo; la gran diferencia entre la virginidad colonial y la virginidad del siglo XIX, es que en este, se habla sobre la virginidad masculina, léase la tolerancia a tener contacto sexual antes del matrimonio con lujo de detalles" (Ibíd., 169).

"El hombre cuando se enamora es más débil de espíritu que la mujer. A ella le esta vedado el ámbito del amor falso, asociado al bajo vientre y los instintos sexuales, pues, ella, por esencia, es siempre pura, alma divina; ella es la perfección. En cambio el hombre es sanguíneo y no espiritual como las mujeres, tiene una actitud distinta ante la sexualidad; además, él será quien enseñe a su futura esposa ese 'atractivo punzante de lo desconocido', por lo que es importante que tenga experiencia antes del matrimonio" (Ibíd., 170).

Los teólogos durante ésta época, aún concebían la psicosexualidad marital como simplemente un medio de procreación de la especie, función exclusivamente biológica, sin pasión ni placer, en el que el alma no se adhiere al goce: el acto carnal resulta ser una simple mecánica de los cuerpos y el ideal, la castidad conyugal.

El discurso médico, en México, por poner un ejemplo, en el último tercio del siglo XIX, se dedicó a orientar el comportamiento psicosexual. "Se intentaba ordenar y

disciplinar el acto sexual, con el fin de evitar procrear monstruos, niños con enfermedades, entre otros. La eyaculación era presentada como una igualación del hombre con Dios, o al menos con la naturaleza: el placer que dicho acto provoca, es porque asegura la sobrevivencia de la especie, y la especie fue creada por Dios" (Ibíd., 173). Por lo tanto valía la pena economizar el semen.

Ambos discursos, el religioso y el médico, organizaron las formas de amar en el matrimonio; si para el primero el pecado de fornicación consisten en tener contacto psicosexual fuera del matrimonio, y aun dentro de éste, cuando no lleva como último fin procrear; para el segundo, el pecado es el desperdicio del semen so pretexto de perder la genialidad.

Muy importante de mencionar en ésta época de la historia, a personajes que contribuyeron de manera notable en la forma de estudiar y concebir la psicosexualidad. Como se ha mencionado, hasta entonces, la religión, la moral y las buenas costumbres impedían cualquier tipo de investigación que no estuviera estrictamente orientada al papel reproductor de la psicosexualidad, marginando o eliminándose como perverso todo lo que oliera de lejos a placer o a diversión.

Es importante recordar a dos personalidades que, a caballo entre dos siglos y en plena era victoriana, se atrevieron, uno, Sigmund Freud, a hablar abiertamente de la psicosexualidad infantil, y el otro, Havelock Ellis, a quitar la venda de los cerrados ojos de sus contemporáneos sobre algunas conductas psicosexuales, como la masturbación.

Sigmund Freud (1856-1939) nació en Viena en el seno de una familia judía acomodada, lo que le indujo a dedicarse a la medicina, ya que no tenía buena mano para los negocios. Estudió en Francia con uno de los mejores psiquiatras del mundo, Charcot, y fue desarrollando su revolucionaria teoría siguiendo las enseñanzas de su maestro y sus propias aportaciones. Él destacó el papel de la psicosexualidad como determinante de la mayoría de las conductas humanas, tanto las neuróticas como las sanas, y de los peligros de la represión de las pulsiones sexuales. Para Freud, la actividad psicosexual es algo natural que proporciona bienestar y que favorece el correcto desarrollo de la personalidad.

Havelock Ellis (1859-1939) publicó en seis volúmenes su "Estudio de la psicología del sexo". Esta obra cayó como un rayo en la comunidad científica de la época. En ella se defiende que la masturbación es frecuente, y no necesariamente mala, en ambos sexos. Que la homosexualidad y la heterosexualidad son complementarias y no forzosamente opuestas, que las mujeres tienen deseo psicosexual al igual que los hombres y que las mujeres que desean no son ninfómanas, sino normales y bien estructuradas psíquicamente. Y, sobre todo, y para mayor escándalo, abogó por una educación psicosexual en los primeros años escolares.

Un momento fundamental y decisivo ocurrió entre los siglos XVIII y XIX, con la definición cada vez más precisa de la normalidad psicosexual como las relaciones con

el sexo opuesto, y la consiguiente categorización de otras formas como desviaciones. Nosotros somos herederos inmediatos de esta última modificación, que se manifestó mediante el viraje de la organización religiosa de la vida moral hacia una reglamentación cada vez más laica, incorporada a las nuevas normas médicas, psicológicas y educativas. Junto con esto, surgieron nuevas tipologías de la degeneración la perversión y hubo un crecimiento decisivo de nuevas identidades sexuales. La homosexualidad dejó de ser una categoría del pecado para convertirse en una disposición psicosocial. La sexología empezó a hacer especulaciones acerca de las leyes del sexo, y la "sexualidad" finalmente surgió como un continente de conocimiento separado con sus propios efectos distintivos.

Pasado ya el siglo XX, y ya iniciado el siglo XXI, con las contribuciones pioneras de Freud, Havelock Ellis, Alfred Kinsey, Krafft-Ebing, August Forel, Magnus Hirschfeld; y en 1964 con el Dr. William Masters y Virginia Johnson, se ha hecho de la psicosexualidad un tema de estudio científico y digno de comentarios, también la establecieron como un proceso vital en la formación del ser humano. Una vez que se abrió la puerta de la represión victoriana, al parecer el mundo rebotó hacia lo que muchos consideraban una necesidad casi frenética de no dejar nada reprimido.

La plena libertad sexual parece ser el espíritu de nuestro tiempo. Arthur Schlesinger, Jr. (1966) observó: "la libertad, en vez de resolver los dilemas del amor, sólo recrudece la ansiedad". Las preguntas ahora son: ¿le hemos dado la vuelta al círculo? ¿Hemos evolucionado o regresado a los tiempos de la Grecia y Roma antiguas, cuando muchos estilos y conductas sexuales se aceptaban y practicaban con libertad?

Cuando consideramos el futuro, algunos podrían decir que regresaremos a los "antiguos valores". Otros predicen lo peor, y sienten que ocurrirá una destrucción total de la familia a causa de nuestra libertad sexual, y que junto con la familia ocurrirá también la destrucción de la sociedad.

En conclusión, cada cultura ha influido en la otra, desde las antiguas hasta llegar a nuestros tiempos modernos, en la mayoría de veces por conquista de los pueblos e imposiciones sobre los conquistados, o simplemente por importaciones culturales mezcladas con las propias. La psicosexualidad ha evolucionado junto con la mentalidad del ser humano. Comenzó en la prehistoria como una simple satisfacción del impulso reproductivo. Luego ocupó un sitio en las creencias religiosas. Más tarde fue perseguida y reprimida por la sociedad. En la actualidad, la civilización intenta desarrollarla de una manera plena y racional, para superar los excesos a que ha conducido, en parte, la revolución sexual de las tres últimas décadas. Por tal razón es importante, tener conocimiento de que es la psicosexualidad, y concebirla de una mejor manera para experimentarla de forma saludable.

3.2 Es importante mencionar el pensamiento de la escritora y socióloga Carole Vance, dada la complejidad que resulta al intentar definir lo que es la psicosexualidad humana. "La (psico)sexualidad puede pensarse, experimentarse y actuarse de manera diferente de acuerdo con la edad, la clase, el grupo étnico, la

capacidad física, la orientación y preferencias sexuales, la religión y la región" (1984;17).

La mayoría de los autores coinciden que definir la psicosexualidad, es algo complejo, que va a ser diverso, según el autor, el género, y hasta la teoría donde se enmarque. Por esta razón es que existen varias definiciones de lo que es la psicosexualidad humana. Según a que grupo social, clase o status, pertenecemos, lo que a cada individuo en particular le significa, el término psicosexualidad es el resultado de cómo ha construido el concepto. En efecto, "la (psico) sexualidad es ante todo, una construcción mental de aquellos aspectos de la existencia humana que adquieren significado sexual y, por lo tanto, nunca es un concepto acabado y definitivo, pues la existencia misma es continua y cambiante" (Rubio, Eusebio; 1994; 21). Es por ello que mencionaremos algunos de tantos intentos por definirla.

El filósofo francés Michel Foucault ha ido lejos al tratar de cuestionar la categoría misma de "psicosexualidad" al decir que: "la (psico) sexualidad no debe pensarse como un tipo de hecho natural que el poder trata de descubrir gradualmente, es el nombre que puede darse a un constructo histórico" (2002; 105). No es natural o que se trae automáticamente, al contrario se construye, lo cual depende de las experiencias que se tenga con la realidad en donde vivimos donde se generan esos constructos y lo que el medio social, -esa realidad-, impone. Eso es lo que el sujeto asimila. Partiendo desde la familia, siguiendo con la escuela, la religión, la cultura social a donde se pertenezca, o mejor dicho donde se nazca, quienes son los encargados de instruir algo que ya se tiene como norma: "los valores" que se hacen propios individualmente.

La obra de Foucault ha contribuido de modo vital a los análisis recientes de la psicosexualidad. Para él, "la (psico) sexualidad era una relación de elementos, una serie de prácticas y actividades que producen significados, un aparato social que tenía historia, con raíces complejas en el pasado precristiano y cristiano, pero que logra una unidad conceptual moderna, con efectos diversos, solo en el mundo moderno" (Ibíd.).

Otra definición, con enfoque médico, sugiere que "podríamos definir la sexualidad diciendo que se haya constituida por los elementos anatómicos, fisiológicos, psíquicos, espirituales y sociales que caracterizan a cada sexo" (Aguilar y Galbes; 1998, t.1; 162). Estas particularidades hacen su pronta aparición en la vida de los niños. Ya en el momento de la propia concepción se establece la determinación sexual que marca indeleblemente el sexo del nuevo ser y este se desarrollará con el concurso de las hormonas propias de cada sexo. Será un ser sexual que ejercerá sus funciones específicas para la continuidad de la especie y el logro y disfrute de los placeres eróticos.

Otra definición, que se acerca más a nuestra postura, dice que "la (psico) sexualidad es el modo integrado físico, psíquico, espiritual y sobrenatural de ser persona. Esta se da en dos modos de ser y existir en el mundo: como varón o mujer, iguales en dignidad y complementarios en la existencia" (Fundación Chile Unido, 2000).

Desde esta postura, la psicosexualidad se entiende como la integración y unificación de las dimensiones físicas, psíquicas y espirituales, a los cual le agregamos lo social, que es posible en el ser humano dado su espíritu, por lo que la psicosexualidad humana no se reduce al aspecto biológico-genital como en los animales, sino que es una forma unificada de pensar, sentir y actuar; de ser y estar en el mundo. Por ello, en la persona la libido, la sensualidad, el placer se subordinan e integran a la razón y la voluntad, ordenándose a la libertad por y para amar. Tal ordenamiento expresa una psicosexualidad humana, personalizada y verdaderamente libre, ya que se orienta a su sentido en el don total de sí. Lo contrario ocurre cuando, en aras de una supuesta libertad, el hombre actúa sólo por su impulso, sin control y por tanto conducido o determinado por éste. Esta situación es connatural al animal, que por no ser libre, no puede autodeterminarse, sino que es el instinto el que gobierna su conducta. El hombre, cuando ama, no lo hace sólo desde su tendencia instintiva, sino que con todo su ser... con su físico, sus sentidos, sus ideales, su voluntad, etc.

La psicosexualidad es atemporal y deja su huella en quien lo experimenta siempre del mismo modo. En cualquier acto y a cualquier edad se siente lo mismo, la forma de explicarlo depende de la sensibilidad y de la cultura del sujeto, pero desde el principio de los tiempos hasta ahora mismo, el sexo es perfectamente comprensible para todo el mundo como lo es el hambre o el miedo. Además de atemporal, es también ubicua porque tiñe cada acto, cada pensamiento, cada afecto o cada comportamiento concreto, modificando incluso la manera de pensar y de codificar la realidad. La vida se transforma bajo su poderoso influjo y tiene el poder de convertir un día de lluvia en algo maravilloso o de poner negros nubarrones en el más espléndido día de sol.

Otro intento por definir la psicosexualidad propone "que la sexualidad humana es el resultado de la integración de cuatro potencialidades humanas que dan origen a los cuatro subsistemas psicosexuales, a saber: la reproductividad, el género, el erotismo y la vinculación afectiva interpersonal" (Rubio, Eusebio; 1994; 29).

Por último, la Enciclopedia Universal, define la (psico) sexualidad humana, como el conjunto de condiciones fisiológicas y psicológicas correspondientes a cada sexo y determinantes de un comportamiento sexual. Esta conducta sexual humana, es la actividad que produce una satisfacción sexual, lo cual independientemente de lo biológico, con influencia de los aspectos sociales y culturales, condicionan la expresión de la psicosexualidad. Estas dos determinantes, biológico y socio-cultural, interactúan entre sí y conforman la actividad sexual humana.

Algunos han afirmado que la reproducción es la función primordial de la psicosexualidad, que debiera ser mantenida y protegida. En la posición más extrema de esta idea se encuentran quienes se oponen a ultranza al control anticonceptivo aludiendo normalmente a razones morales y a cuestiones de "derecho natural". Nos parece que la defensa irrestricta de esta función única o preferente de la psicosexualidad, la reduce a su ámbito más primitivo y menos humano, lo cual no implica un juicio de valor sino sólo una constatación de hechos, puesto que sin duda en el resto de las especies el ejercicio sexual tiene sólo un fin reproductivo. Un

segundo objetivo de la interacción psicosexual es la formación de la pareja, siendo un hecho que ésta se beneficia del intenso placer que tiene lugar en la relación física de dos personas que se avienen sexualmente, lo cual va en la línea de la fuerte tendencia a la monogamia manifestada en la gran mayoría de las culturas humanas (a pesar de la frecuente infidelidad). El mantenimiento del vínculo es un tercer resultado de las conductas psicosexuales interpersonales, el que lamentablemente es fácilmente afectado por la habituación y el aburrimiento derivado de la rutina en que se sume la mayoría de las parejas estables, y por el ataque certero y constante de abundantes ofertas sexuales nuevas de un entorno social cada vez más tolerante y permisivo.

Esto ofrece a la sociedad el ejercicio de la prostitución, ejemplo claro de ganancia económica por medio de la oferta sexual directa, de representaciones ritualizadas o teatrales del cortejo y actos precopularios en el caso de una bailarina erótica y de la pornografía. Este objetivo económico no es totalmente ajeno a algunos arreglos matrimoniales en los que la mujer ofrece su psicosexualidad como moneda de cambio, con tal que el hombre le brinde respaldo y seguridad financiera.

Se puede utilizar también con el afán de dominar, tal como ocurre en un extremo en la violación o algo menos dramáticamente y de forma convenida en los juegos sadomasoquistas. Dice Morris (1970) que un hombre puede llegar al coito con una mujer primariamente para reforzar su ego masculino, más que para lograr cualquier otro objetivo (procreación, formación de pareja, etc.) En tales casos, el hombre habla de hacer una "conquista", como si hubiera estado librando una batalla en vez de hacer el amor, y es así que alardear ante otros hombres constituye una parte importante del sexo asociado al poder, pues se está más interesado en lucir a la mujer que en ninguna otra cosa. Creemos que es suficientemente obvio, como para que no se justifique ahondar en el tema, que las conductas psicosexuales de hombres y mujeres pueden utilizarse con el propósito de obtener una condición ventajosa que permita estar al mando de la toma de decisiones, independientemente de en qué ámbitos de vida o respecto a qué asuntos se ejercite tal control.

Creemos que las manifestaciones de la psicosexualidad sirven a muchos más propósitos que los apuntados por diversos autores. Puede así percibirse como un juego, un desafío a la capacidad personal para resolver problemas, un trabajo, etc., y de este modo los intercambios psicosexuales son en su esencia no más que "relaciones sociales" divertidas, preocupantes, fatigosas, etc. A nuestro entender, la psicosexualidad es un lenguaje comunicativo de las necesidades e intereses humanos al servicio del establecimiento de relaciones interpersonales de muy variadas características y extensiones de tiempo. Creemos que muchos de los problemas que ocurren en el ámbito de las relaciones psicosexuales sean de índole social, que deriven del mutuo desconocimiento de los significados individuales adscritos a la psicosexualidad, puesto que las personas tienden a suscribir las funciones típicas y estereotipadas que se le asocian, tales como expresar amor, compañía, consideración, ternura, etc., sin examinar las propias necesidades, muy particulares, que intentan satisfacer por medio de un encuentro psicosexual.

Todo este fenómeno varía y es diverso debido a que cada ser humano adoptar un sistema de valores, por medio de una inducción en relación directa a su grupo, clase, status, rol, a la región y lugar a donde pertenece, los cuales aplicará posteriormente a lo largo de su vida. Dentro de toda esta gama de conocimientos que irá adoptando se encontrará con el de su psicosexualidad, que de una u otra manera irá construyendo. Todo esto parte de la experiencia y "la experiencia es el fundamento de todo juicio" (Monedero, Carmelo; 1995, 27), en base a esto, cada experiencia o vivencia de la vida no sólo va a cambiar el conocimiento del mundo, sino que modifica las relaciones con él. Es allí, donde tiene lugar lo que llamamos psicosexualidad y la conciencia que se tenga de ella, del sentido que cada ser humano le adjudica. Y para que la psicosexualidad tenga un verdadero sentido, debe satisfacer el ser integral del ser humano.

En conclusión, la psicosexualidad humana, es un lenguaje, que comunica el "yo" con un "tú", que comunica dialécticamente nuestras realidades interpersonales y personales, nuestras vivencias, nuestro mundo íntimo. Que no solamente se reduce al coito, sino que conlleva muchos elementos para que resulte satisfactorio, estos son los afectivos, mentales, espirituales y sociales; lo cual me permite conocer con quien estoy tratando; aquí si que es verdad el conocer (... "y conoció a su mujer") al que se refiere en lenguaje bíblico. Pero, sin negar la corporeidad y el placer sensual como elemento vital de la existencia humana. Comer, beber, palpar y sentir son experiencias fundamentales, como la psicosexualidad; la diferencia con el acto de comer y beber, es que hay otros elementos en juego. "Cuando dos personas se relacionan psicosexualmente no solamente hay contacto genital. Son dos personalidades que se encuentran hasta lograr un grado de intimidad emocional que produce el más excelso bienestar al que pueda tener acceso un ser humano, comparado sólo con la plenitud que se siente en el arrobamiento místico" (Nuñez, Miguel Ángel; 2003; 90). El propósito, entonces, de la vida psicosexual, se puede resumir en tres elementos: 1º) brindar unidad a la pareja, 2º) brindar placer y, 3º) brindar la oportunidad de procreación.

4. PSICOTERAPIA CORPORAL

"Biodanza es un sistema de integración humana, renovación orgánica y reaprendizaje de funciones originarias de vida. Su técnica consiste en la inducción de vivencias integradoras a través de la danza, del canto, de la música y de ejercicios de comunicación en grupo" (Toro, Rolando; 1986; 5).

La corriente central de la psicoterapia define al proceso terapéutico como el trabajo con los fenómenos y las condiciones mentales y su corrección, por medios sugestivos o persuasivos. Las herramientas de la profesión ponen énfasis consistentes en al aspecto "psico" de la terapia (expresiones verbales, pensamientos, ideas, sueños y así sucesivamente). La emoción es vista como un fenómeno mental. En fin, los procesos tradicionales, métodos y teorías, le han dado poca importancia a los fenómenos corporales en el contexto de la psicoterapia.

Es curioso, pero también podemos ver cada día problemas que se pueden presentar en una clínica de atención médica y psicológica como: obesidad, malestares psicosomáticos y conversivos, tensión crónica, falta de expresividad emocional, dolores de cabeza, problemas sexuales y violación corporal resultado del abuso físico y sexual; todos ellos implican el hecho fundamental de que la nuestra es una existencia encarnada, corporificada. Lo que en otras palabras sería, que lo que nos sucede como personas nos sucede tanto en manera física como psicológica.

Es nuestro propósito tomar en cuenta los fenómenos corporales como parte de la información significativa en la terapia, dada su importancia con el tema y con la técnica que mas adelante se describe, biodanza; además del reciente interés en dichos fenómenos, en los últimos años han tomado fuerza aquellas terapias corporales que resaltan el lugar predominante del cuerpo en la práctica clínica. "Estas se basan en alguna teoría de la personalidad y de cambio terapéutico, pero siempre con el cuerpo expresado, vivenciado y analizado como punto de referencia del quehacer terapéutico" (Alemany y García; 1996; 116). "Dentro de este reciente surgimiento del interés en los fenómenos corporales, hay diferencias importantes en la forma en que se entiende el proceso corporal en el contexto de la psicoterapia. Estas diferencias se reflejan en cuatro puntos de vista: 1) terapias, como el psicoanálisis y la terapia cognoscitiva, que le dan poca atención a los fenómenos corporales a no ser por los síntomas de problemas mentales 'subyacentes' (es decir, como epifenómenos de la mente/cognición); 2) artes corporales, que trabajan sólo con procesos corporales, muy parecido a como el psicoanálisis trabaja sólo con procesos mentales; 3) escuelas de terapia en comunicación y comportamiento, que ven los fenómenos corporales como un conjunto de señales que deben vigilarse o como comportamientos a ser modificados, y; 4) terapias corporales profundas, como las escuelas Gestalt y reichiana, que ven al cuerpo como intrínseco al sí mismo y a la persona como un todo". (Kepner, J.; 2000; x).

En nuestro trabajo, prestaremos atención al proceso corporal porque éste tiende a hacer más poderoso el trabajo terapéutico con la emoción y el pensamiento al incluir: la sensación, conciencia, expresión y movimientos corporales; todo en beneficio del funcionamiento emocional, psicológico y la existencia de sentido del sí mismo en los pacientes. Es por ello que antes de avanzar, es necesario revisar postulados referentes a todo el trabajo y proceso corporal que se lleva a cabo dentro de este sistema terapéutico.

La salud psíquica interacciona con la salud corporal, cuando algo está bloqueado, cuando algo anda mal, cuando algo quiere expresarse y no es atendido, resulta que todo (o parte) el organismo se resiente en su funcionamiento pleno y lo manifiesta de múltiples maneras, ya sea a través de sensaciones de desagrado u obstrucción. Esos puntos bloqueados piden atención y al dársele se siente el inicio de un proceso de cambio, restaurador, de la armonía perdida. Este es el punto de partida de la terapia corporal (Alemany, C., García, V.; 1996; 115).

Para la Terapia Corporal, que forma parte del Enfoque Gestáltico, una premisa fundamental es el "sí mismo" o conocido en otras corrientes como el "yo", es tanto corporal como mental. Existimos, amamos, trabajamos y satisfacemos nuestras necesidades siempre cambiantes a través de nuestro ser físico y de nuestras interacciones con el mundo. La experiencia del cuerpo es experiencia del sí mismo, igual que el pensamiento, la imaginación y las ideas. La terapia Gestalt ve al sí mismo no como una cosa o una estructura estática, sino como un proceso fluido, no es un conjunto congelado de características. En la salud, el sí mismo es variado y flexible en sus capacidades y cualidades, dependiendo de las exigencias particulares del organismo y del entorno. Se puede considerar al sí mismo como el integrador de la experiencia. Es el sistema de funciones de contacto; el sí mismo y las funciones de contacto son una y la misma cosa para la perspectiva Gestalt. Que se ha descrito como un "sistema de excitación, orientación, manipulación y varias identificaciones y alineaciones..."(Perl y Cols., 1951, 315). A través de la excitación sentimos nuestras necesidades. A través de la orientación nos organizamos para cumplir con estas necesidades en relación con el entorno. Por medio de la manipulación actuamos en servicio de nuestras necesidades. Mediante la identificación incluimos en nuestro organismo (hacemos parte del "yo") lo que puede ser asimilado y a través de la alineación rechazamos (hacemos "no-yo") lo que es ajeno a nuestra naturaleza y no puede ser asimilado.

El funcionamiento pleno y adaptativo depende de que las funciones de contacto estén totalmente disponibles al organismo para cumplir con los requisitos cambiantes de interacción con el entorno. Cuando dichas funciones no están disponibles a la conciencia, el organismo ya no puede adaptarse con fluidez a su mundo.

4.1 La estrecha relación entre la expresión corporal y el sentimiento que encuentra su forma artística, en la danza por ejemplo, se recoge en este proceso psicoterapéutico y se aprovecha en el sentido de la reintegración de los diferentes aspectos del individuo. La interacción entre el movimiento y la emoción encuentra su expresión directa en la postura del cuerpo. En este ambiente, el paciente encuentra en la experiencia de su cuerpo un acceso a los sentimientos perdidos y rechazados. Y por lo tanto se dispone un tiempo de reflexión para expresar en palabras lo que se ha vivido, es decir, verbalizar lo que se ha traído a la conciencia.

Aunque no posee una definición exacta, las definiciones; según su creador, Rolando Toro, son:

a) La participación en un nuevo modo de vivir a partir de vivencias personales intensas inducidas por la danza que ayudan a transformar el esquema de estrés en esquema de armonía.

b) Una disciplina de movimiento-amor que restablece la capacidad de contacto consigo mismo, con el Universo y con los semejantes. Es una técnica para aprender a danzar la propia vida en la Gran Danza cósmica.

c) Un método terapéutico que induce a vivencias integradoras a través de la regresión y hacia la identidad, pasando por las 5 líneas de desarrollo: Vitalidad, Sexualidad, Creatividad, Afectividad y Trascendencia.

d) Es una técnica para reemplazar las tendencias de muerte por las tendencias de vida, mediante el despertar de un Eros primordial.

e) Es un sistema de desarrollo e integración de la vida humana, que estimula la producción de vivencias integradoras mediante ejercicios de comunicación y contacto. El concepto Bios (vida), describe exactamente, como prefijo, el significado de esta disciplina. Danza de la vida (Toro, R., 1986; 8, 9, 83).

f) Es un método para aprender a moverse, expresarse, conectarse y sentir. Es una terapia del goce de vivir.

En fin, una captación cognitiva de Biodanza es imposible; sólo viviéndola puede abarcarse en su verdadero significado.

El trabajo terapéutico de Biodanza estimula y potencializa sus cinco líneas, a saber:

- Vitalidad: es el ímpetu vital, la energía que el individuo tiene para enfrentar el mundo. El potencial de equilibrio, homeostasis, armonía biológica. Está relacionada con la protovivencia de Movimiento y con las funciones de actividad y reposo.
- Afectividad: es el amor indiscriminado por los seres humanos. El útero afectivo que cada uno tiene, para dar continente a los demás. Relacionada con la nutrición y el contacto.
- Sexualidad: es la capacidad de sentir deseo sexual y placer. Protovivencia de contacto.
- Creatividad: es el elemento de renovación, que debe aplicarse a la propia vida: crearse a sí mismo y poner creatividad en cada acto. Protovivencia de expresión.
- Trascendencia: es la capacidad para ir más allá del ego e integrar unidades mayores. Se relaciona con la plenitud y armonía. Protovivencias de plenitud y armonía con el ambiente.

Para cada una de estas líneas de desarrollo, existen ejercicios diferentes programados y sistematizados, los cuales por medio de la danza, la música, movimientos corporales, alcanzan los objetivos mencionados, siendo imprescindible en todo momento, la seriedad y el compromiso por parte del paciente (Toro, R., 1986; 22, 23).

Los objetivos que menciona su creador, (Toro; 1996; 5) son:

- Autodescubrimiento de la identidad.

- Restauración de la función de Vínculo (Integración y Trascendencia).
- Expresión de las potencialidades genéticas a través de la activación de líneas de vivencia.
- Liberación de los argumentos corporales que conservan el actual sistema social de traición a la vida.
- Inducir la autoevolución.
- Despertar una conciencia de solidaridad cosmobiológica.
- Introducir una dimensión afectiva dentro de la civilización agonista.
- Desenvolver una ecología basada en el amor.

Biodanza trabaja con vivencias y no con elaboraciones cognitivo-verbal. El término "vivencia" introducido por Dilthey, significa "instante vivido" y es la sensación o emoción que en un momento dado experimentamos como estremecimiento vital ineludible. Las vivencias, como las emociones, tienen su representación neurológica en el sistema límbico, con sus distintas formaciones anatómicas y circuitos (hipocampo, amígdala cerebral, hipotálamo). Los ejercicios, por lo tanto, son especialmente destinados a activar el sistema límbico, mundo de los instintos y emociones y de los estados regresivos y de éxtasis.

El punto de partida son las vivencias, pero no excluyen el mundo de las operaciones concretas, del pensamiento simbólico y tampoco las funciones viscerales y los automatismos. Su acción curativa radica en la calidad de estas vivencias que suscitan. El compromiso corporal es imprescindible para conseguir las vivencias de armonía, unidad, fluidez, erotismo, plenitud, etc. (Ibid., 6).

En el marco referencial de la danza se encuentra la música como toda expresión viviente de sonidos naturales o artificiales, con las cualidades de ritmo, armonía, melodía y tono. No se emplean sonidos aislados, ya que estos solo desatan respuestas aisladas de tipo mecánico o provocan angustia.

El grupo es esencial en esta disciplina. No existe Biodanza individual. Esto equivale a una matriz donde se realizan los procesos de regresión, ejercicios de comunicación y encuentro y, sobre todo, el entrenamiento de relación en "feed-back". El grupo es el medio a través del es posible aprender el código viviente de la comunicación humana.

En este programa todos pueden participar, de cualquier edad y condición: individuos normales de la civilización, los llamados neuróticos, psicóticos o enfermos psicosomáticos. En suma puede ser aplicado a niños, adultos y ancianos, con diferentes connotaciones y adaptaciones particulares, fundamentadas en las necesidades de desarrollo que cada grupo presente.

4.2 CLASIFICACIÓN DE LAS TERAPIAS: Este breve esquema nos permite ubicar Biodanza dentro del vasto panorama actual de las psicoterapias. Para ello existen varios criterios de clasificación:

- 1) Según el número de personas que participan.
 - a) Individual
 - b) De Grupo

- 2) Según la estructura del grupo.
 - a) Homogéneos
 - b) Heterogéneos

 - a) Cerrados
 - b) Semicerrados
 - c) Abiertos

- 3) Según el fundamento.
 - a) Científicas
 - b) Empíricas
 - c) Mágicas
 - d) Artístico Creativas

- 4) Según la combinación de marcos terapéuticos.
 - a) Ortodoxas (Obedecen estrictamente a un modelo terapéutico).
 - b) Integrales (Se busca la terapia apropiada a cada paciente).
 - c) Ecléctica (Se combinan diversas terapias).

- 5) Según el compromiso.
 - a) Verbales
 - b) Corporales
 - c) Mixtas

- 6) Según su órbita de acción.
 - a) Trascendentes (Trascienden a la esfera social y cósmica).
 - b) Inmanentes (Actúan sólo en el ámbito de la esfera personal y en los problemas del Ego).

- 7) Según la naturaleza de la relación médico-paciente.
 - a) Agresivas
 - b) Distanciadas
 - c) Aproximativas
 - d) De comunicación
 - e) De Contacto

Considerando todos estos criterios de clasificación de las terapias, podemos describir Biodanza como una Terapia:

- De Grupo
- De estructura Semi Abierta
- De Composición Heterogénea
- Científica

- De carácter ortodoxo
- Integral
- Corporal Inmanente y Trascendente, y
- De contacto (existe simetría de la relación terapeuta - paciente)

Dado el vasto campo de acción de Biodanza, lo cual sería muy extenso abordarlo de forma completa, solamente revisaremos los aspectos que consideramos que más nos interesan a nuestro proyecto de investigación; aunque como podrá percibirse, el paciente es quien sale beneficiado pues el participar en este proceso de psicoterapia se es influenciado y curado en muchas áreas de la vida como persona, en su total humanidad (cuerpo, mente y espíritu renovado).

4.3 Una pareja, en el proceso de su integración, es una fuente generadora de opciones. En ese núcleo magnético que es la pareja ecológica, se inician o mueren potencialidades. De alguna manera, se refuerzan circuitos ecológicos, se estimulan capacidades, se deciden opciones o bien se cortan líneas de vida, si inhiben actitudes, se coartan impulsos y se anulan -acaso para siempre- potencialidades latentes. Diríamos, entonces que, simbólicamente, que hay personas que producen úlceras y otras que producen cáncer; que hay esposas que feminizan a su marido y otras que refuerzan su virilidad. En suma, hay amores que dan sentido a la existencia y otros que, en insidioso involucramiento, arrojan al individuo al vacío y a la inanidad.

Hay mujeres que potencian la psicosexualidad de un hombre y otras que lo castran. Hay hombres que desatan la trascendencia en la mujer y otros que la mantienen en la trama pueril, en la inmanencia de los hechos cotidianos. Podríamos concebir, desde este enfoque ecológico, el saludable amor de la pareja como un proceso de concreción en el cual cada miembro de la pareja es un detonador que estimula el renacimiento permanente del otro. Cada uno crea al otro en la temblorosa atmósfera; cada uno exalta el proyecto del otro y coloca un exponente para elevar a potencia todas sus cualidades latentes. El saludable amor de la pareja ecológica, es la celebración recíproca del ser del otro, de su germinativa esencia, reforzamiento recíproco de vida.

El esfuerzo de adaptación de cada uno a las condiciones que impone la estructura del otro, tiene a veces una cualidad traumática. Por ejemplo, una mujer que asume la función de excelente esposa a expensas del renunciamiento a desarrollar sus potencialidades, responde a esta frustración vital gastando gran parte del presupuesto familiar en la consulta médica, debido a los permanentes trastornos psicósomáticos provocados por su estancamiento. O un esposo puede manifestar constantes resfríos y procesos infecciosos debido a la caída de sus defensas inmunológicas, provocados a su vez por la falta de un nicho ecológico, es decir, por la ausencia de un hogar cálido que le dé continente.

De allí que una relación de pareja puede resultar la victoria y la exaltación de todos los contenidos vitales de un individuo y de todo su poderío creador, o bien, pueden significar el insidioso proceso que lo conducirá inexorablemente al vacío y a la destrucción.

El gesto de salud en Biodanza, consiste en descubrir el nivel de concreación y reforzamiento vital que propone la Gestalt humana y una vez realizada esa estimación, tener el coraje de renunciar a conservar la pareja, cuando ésta es destructiva.

Mecanismos Generales: Toda persona que comienza a practicar Biodanza, debe participar en "grupo de Vivencia". Estos grupos son heterogéneos, abiertos y sus miembros presentan sintomatología variada. Los grupos de Vivencia elevan el nivel general de salud, mediante los siguientes mecanismos:

- 1.- Autorregulación.
Aptitud par incorporar al organismo factores integradores, rechazar factores tóxicos y nocioceptivos.
- 2.- Renovación etiológica.
Desarrollo de un sistema homeostático ultra estable.
- 3.- Reculturación.
Reimpresión de mandatos de vida, la desalienación y el desarrollo de una nueva sensibilidad frente a la vida.
- 4.- Esquema de armonía.
Estimulación de los impulsos vitales, instintos y emociones. Integración Psicosomática.
- 5.- Acceso a la Identidad.
Fortalecimiento de la Identidad Auténtica, de respuesta adecuada y flexibilidad de las funciones de la identidad. (Conciencia y lucha).
- 6.- Diferenciación.
Potencialidades individuales y de la creatividad.
- 7.- Integración Corporal.
A nivel sensitivo-motor, afectivo-motor, sensorio-motor e ideo-motor, fluidez, equilibrio, elasticidad y autonomía.
- 8.- Vinculación en Feed-back.
Aprendizaje de técnicas de comunicación y encuentro. Ensayo y reforzamiento de conductas de contacto, en situación aquí-ahora.
- 9.- Renovación sexual.
Desensibilización de la culpabilidad. Técnicas de comunicación y fusión. Capacitación para el goce de vivir. Eros indiferenciado y Eros diferenciado.

La acción en Biodanza frente a problemas específicos, se ejerce en Grupos Diferenciados. Estos grupos son semicerrados, homogéneos y sus miembros presentan cierta similitud sintomatológica.

P R E M I S A S

- ? Todos, solteros o casados, somos seres psicosexuales 24 horas al día, siete días a la semana, durante todo el año.
- ? La psicosexualidad puede pensarse, experimentarse y actuarse de manera diferente de acuerdo con la edad, la clase, el grupo étnico, la capacidad física, la orientación y preferencias sexuales, la religión y la región. Por lo tanto es una construcción histórica en base a las vivencias individuales en su medio socio-cultural.
- ? Psicosexualidad es: el lenguaje, del "yo" con un "tú", que comunica dialécticamente nuestras realidades interpersonales y personales, nuestras vivencias, nuestro mundo íntimo. Que no solamente se reduce al coito, sino que conlleva muchos elementos para que resulte satisfactorio, esto son los afectivos, mentales, espirituales y sociales; lo cual me permite conocer con quien estoy tratando.
- ? Las relaciones conyugales son más que las relaciones humanas dentro del matrimonio o de la pareja, pero estas incluyen muchos aspectos como: la amistad, el compañerismo, la intimidad física, intimidad mental, intimidad emocional o afectiva, intimidad espiritual e intimidad social; donde se manifiesta la vida psicosexual.
- ? La experiencia psicosexual del placer es importante para reforzar la calidad de vida de la pareja como tal, y de cada uno individualmente. Es importante para la persistencia de la unión y así, evitar rupturas matrimoniales o de parejas.
- ? Las actitudes y la calidad de la relación de pareja, es lo que convierte a la actividad psicosexual satisfactoria y como acto de amor.
- ? La información y educación psicosexual correctas hacen posible la prevención y solución de problemas psicosexuales de pareja.
- ? Todas las autoridades del comportamiento humano coinciden en que el ajuste psicosexual es un requisito importante para la maduración del individuo y su adaptación al medio, y para ello la información es imprescindible.

HIPÓTESIS DE TRABAJO

- El experimentar una vida psicosexual insatisfactoria, producirán conflictos conyugales.

VARIABLE INDEPENDIENTE = El experimentar una vida psicosexual insatisfactoria

VARIABLE DEPENDIENTE = Producirán conflictos conyugales.

OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE INDEPENDIENTE:

Vida psicosexual insatisfactoria

Son las vivencias por uno o ambos cónyuges, no satisfactorias o no gratas dentro de la relación. Relacionado al desconocimiento del fenómeno de la psicosexualidad o a la calidad de la relación que existe entre los miembros de la pareja.

Entre otros aspectos que influyen en la vida psicosexual insatisfactoria, pueden ser: eyaculación prematura, impotencia, fatiga, preorgasmia, anorgasmia, bajo nivel de estimación propia, y la falta de comunicación efectiva que resulta imprescindible en toda relación.

VARIABLE DEPENDIENTE:

Conflictos Conyugales

Son las dificultades, contradicciones, diferencias e incoherencias en la forma de pensar y sentir en la relación matrimonial, las cuales surgen cuando la pareja es incapaz de comunicarse, o muestra una aversión a hacerlo. Estos producen fricciones tan intensas que se pueden convertir en crisis.

INDICADORES

VARIABLE INDEPENDIENTE: Vida psicosexual insatisfactoria

1. Ausencia de amor y pasión
2. Falta de intimidad (física, intelectual, espiritual, afectiva y emocional).
3. Educación sexual inadecuada o ausencia de la misma.
4. Resistencia para abordar el tema psicosexual.
5. Incapacidad para expresar los sentimientos.
6. Sentimientos negativos (culpa, ira, resentimiento).
7. Problemas físicos (eyaculación precoz, anorgasmia, preorgasmia, disfunción eréctil).
8. Periodicidad de las relaciones psicosexuales.

VARIABLE DEPENDIENTE: Conflictos Conyugales

1. Actitud nociva frente a los conflictos.
2. Comunicación deficiente.
3. Ausencia de gestos amables y amorosos.
4. Rechazo emocional y físico.
5. Discusiones frecuentes (Dejarse de hablar, señalamientos o reclamos).

CAPÍTULO II TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

DESCRIPCIÓN DE LA POBLACIÓN

En este proceso, la población que participó en el estudio la constituyeron: cuatro matrimonios o parejas, hombres y mujeres respectivamente de 20 años de edad en adelante, todos procedentes de esta ciudad capital, con diferentes niveles de escolaridad y condiciones económicas diversas. Todos ellos afiliados y derechohabientes al Seguro Social, quienes asisten al Programa de Psicoterapia Familiar y de Pareja, en la Clínica Psicológica del Centro de Atención Integral a la Salud Mental. Estaba planificado inicialmente con siete parejas, pero resultó difícil la participación de las tres parejas restantes, debido a los permisos laborales respectivos y negarse a la participación en el estudio.

INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

En el proceso de investigación se utilizaron los siguientes instrumentos para la recopilación de la información, presentado a continuación:

- Historia de Vida Conyugal

Documento que registra la vida de cada uno de los integrantes de la pareja.

Se utilizó como documento o expediente histórico, donde se encuentra registrada la información de la relación de los cónyuges y sus respectivas evoluciones de su proceso terapéutico. Es conformada de acuerdo a los objetivos y necesidades, puede contener: datos generales, historia prematrimonial, historia conyugal, vida psicosexual, una hipótesis diagnóstica y las expectativas de ambos cónyuges.

Toda esta información surge de la entrevista inicial y a lo largo del proceso de investigación de acuerdo a nuestros fines e intereses. (Véase anexo 1)

- Fichas bibliográficas:

Se utilizó para el registro de la fuente de consulta documental.

- Fichas evolutivas:

Donde se registró la información del proceso terapéutico de cada pareja. (Véase anexo 2)

- Fichas de trabajo:

Las que se utilizaron para anotar información importante, resúmenes y anotaciones en cuanto al tema.

- **Cuestionario:**
Es el diseño de los ítems, debidamente estructurados de acuerdo a los indicadores de las variables que se proponen en la investigación, los cuales se utilizaron con la finalidad de recolectar la información en cuanto al tema en cuestión, con cada pareja en particular. Estos se constituyeron en cuestionario "A" y "B". El cuestionario "A" fue redactado con ítems positivos o afirmativos; el cuestionario "B", en cambio, fue diseñado con postulados en desacuerdo. (Véase anexo 3 y 4)
- **Prueba Piloto:**
Ésta consistió en aplicar los cuestionarios, diseñados para recopilar la información, a una población con características similares a la que participó en el estudio real; y su finalidad fue validar estos cuestionarios, verificando la comprensión de los ítems y hacer las correcciones necesarias, antes de realizar la aplicación final.

TÉCNICAS Y PROCEDIMIENTOS DE TRABAJO

Para realizar este trabajo de investigación se utilizaron las siguientes técnicas.

1. Observación:

Siempre se utilizó esta técnica, especialmente durante los talleres de Biodanza y durante las entrevistas, unido a las fichas de evolución.

2. Entrevista Psicológica:

Se realizó con cada una de las cuatro parejas en particular. La entrevista constituyó el método aislado más importante para establecer el vínculo respectivo con las parejas y adentrarse en su problemática. Aunque comparte muchos rasgos con la entrevista médica, la entrevista psicológica muestra algunas diferencias. Este tipo de entrevista abre la puerta a la comprensión multidimensional del paciente como persona.

La entrevista psicológica con énfasis en la relación de pareja resultó útil para entender:

- Ø Los rasgos psicológicos de los miembros de la pareja.
- Ø Cómo se relaciona la pareja en su entorno.
- Ø Las influencias sociales, religiosas y culturales en la vida de la pareja.
- Ø Las motivaciones conscientes e inconscientes de la conducta de los miembros de la pareja.
- Ø Los puntos fuertes y débiles del YO y su interacción con su cónyuge.
- Ø Las estrategias de afrontamiento que utiliza.
- Ø Los mecanismos de defensa predominantes y las situaciones en las que se emplean.

- Ø El apoyo y la red social con que cuenta la pareja.
- Ø Los puntos vulnerables de los miembros de los cónyuges.
- Ø Las áreas de aptitud y los logros individuales y como pareja establecida.

3. Biodanza:

Fueron las sesiones de terapia corporal vivenciales, diseñados en sí para reunirlos en un ambiente seguro y ofrecerles una alternativa en el tratamiento de su problemática y producir los efectos deseados en los pacientes en este caso, mejorar la comunicación, la intimidad, la respuesta sexual y el goce o disfrute de la vida en su totalidad de cada una de las parejas; además, de las reflexiones que se realizan antes de iniciar cada sesión y respecto a cada una de ellas.

Esta técnica consistió en la inducción de vivencias integradoras a través de la danza, del canto, de la música y de ejercicios de comunicación en grupo" (Toro, R.; 1986; 5). Este medio terapéutico indujo vivencias integradoras a través de la regresión y hacia la identidad, pasando por las cinco líneas de desarrollo: Vitalidad, Afectividad, Sexualidad, Creatividad y Trascendencia.

TÉCNICAS Y ANÁLISIS ESTADÍSTICOS, DESCRIPCIÓN E INTERPRETARON DE LOS DATOS

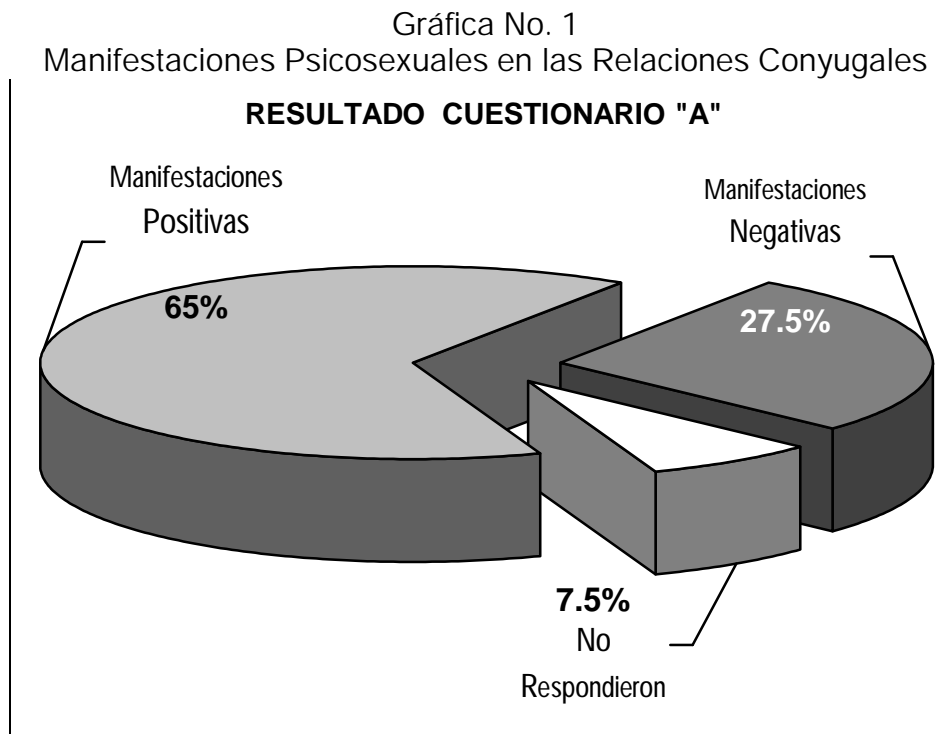
Para el procedimiento de análisis comparativo se utilizó el sistema de gráficas porcentuales, del tipo de barras o de pie en la que se presentó una descripción e interpretación de los datos, de acuerdo a los hallazgos referentes al grupo que participó en el estudio; tanto cualitativa como cuantitativamente.

CAPÍTULO III

PRESENTACIÓN, ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Después del trabajo realizado durante 6 semanas, dedicados a explorar e investigar, los fenómenos de la psicosexualidad humana y los conflictos conyugales en pacientes que asisten a su respectiva psicoterapia de pareja en la clínica psicológica del Centro de Atención Integral de la Salud Mental, del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social, zona 12, de esta ciudad capital; se procede a describir los datos revelados.

En primer lugar tenemos, el cuestionario "A", el cual indagaba las actitudes psicosexuales de ambos cónyuges y nos muestra los resultados siguientes:



Esta gráfica nos da cuenta que este grupo de parejas, posee un 65% de manifestaciones psicosexuales positivas. Por éstas, entendemos, que son todas aquellas que valoren, busquen el disfrute de la psicosexualidad y de la relación conyugal. Entre estas manifestaciones encontramos las siguientes:

- La presencia de amor y pasión,

- El interés y la sensación de comodidad de “estar” con la pareja, procurar unidad y armonía conyugal,
- Vivir el acto psicosexual como extensión del afecto, bondad y consideración,
- Hablar en pareja de temas psicosexuales y lo que sienten con respecto al acto en sí,
- Sentirse importante para el otro, y
- Expresarse sentimientos recíprocamente.

Junto a estas, presentaron el 27.5% de manifestaciones negativas respecto a la psicosexualidad. Por estas nos referimos a todas aquellas que centren la psicosexualidad o la relación en cualquier otro elemento que no sea el disfrute saludable. En los miembros de la pareja de este grupo, se encontraron las siguientes:

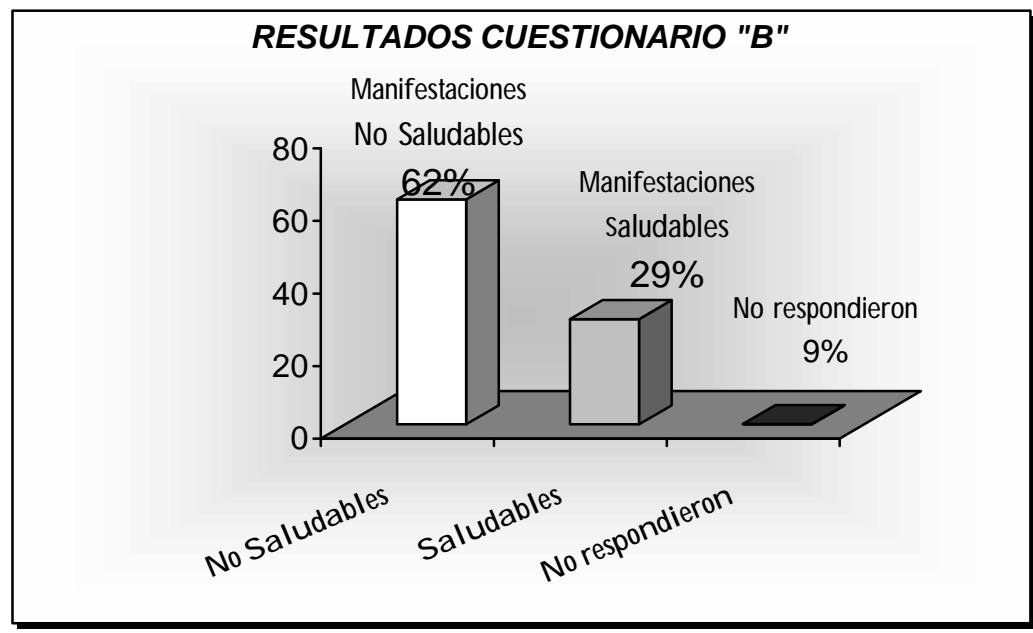
- Falta de intimidad significativa para ambos, no solamente de vivencias o encuentros físicos sino de las categorías intelectuales, espirituales, afectivas y emocionales;
- No expresar cotidianamente ideas y sentimientos propios con el cónyuge,
- No estar actualizado en cuanto a la información psicosexual y sus diferentes problemáticas que existen,
- No saber a ciencia cierta en que consiste la experiencia de un orgasmo, “si lo han experimentado o no”,
- Disminución de la actividad psicosexual.

Todas estas manifestaciones nos inducen a pensar que todavía en este grupo de parejas existen algunas vivencias y pensamientos negativos en cuanto al tema.

Sin embargo, al final podemos darnos cuenta que, el porcentaje hallado nos pone en evidencia que poseen un estilo saludable aceptable en cuanto a la forma de abordar la psicosexualidad propia y la de su pareja respectivamente. Aún así, se muestra la necesidad de mejorar y reflexionar los aspectos mencionados dentro de las manifestaciones negativas.

Por otro lado, tenemos los resultados relacionados a la variable de los conflictos conyugales, lo cual es importante verificar y al correlacionarlas, tomar las conclusiones finales del trabajo realizado en el presente estudio.

Gráfica No. 2
 Manifestaciones saludables y no saludables en los Conflictos Conyugales



Según nos muestra la presente ilustración, se evidenció el 62% de manifestaciones no saludables con respecto a los conflictos conyugales; entendemos por tales, aquellas manifestaciones que se dan frecuentemente y que no propician la resolución de la problemática y el crecimiento de la pareja; entre ellas están:

- Mantener actitudes nocivas en forma de prejuicios hacia los conflictos de pareja,
- Considerándolos innecesarios y que roban la felicidad de la pareja;
- Evitar las discusiones y alejarse el uno del otro,
- Disminución de las muestras de cariño y amor,
- Considerar que la actividad psicosexual cura los conflictos conyugales, y por último,
- No conversar de temas profundos personales y de la relación.

Por otro lado están las manifestaciones saludables que se presentaron las parejas, constituyéndose en el 29% de los resultados obtenidos en este estudio. Las manifestaciones saludables indican aquellas características de las parejas que facilitan y ayudan a superar las contradicciones, lo que motiva el crecimiento conyugal. Entre ellas se encontraron:

- Considerar que los conflictos conyugales no siempre son destructivos,
- Expresar siempre lo que sienten el uno al otro,
- Creer que "no es saludable dejarse de hablar", y que
- Ambos pueden llegar a acuerdos.

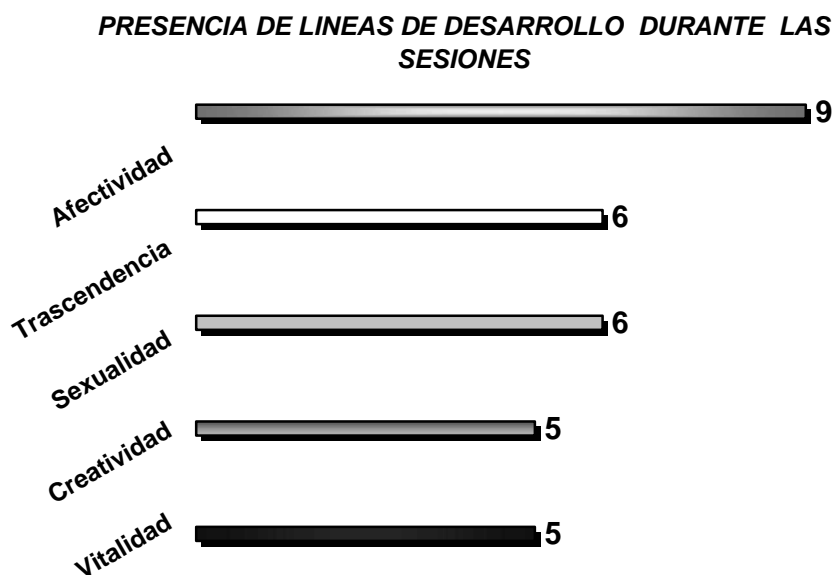
Estos resultados nos permiten inferir lo siguiente: en primer lugar nos deja claro, que ellos comprenden por conflictos, la presencia de problemas en su relación; por otra parte consideran que estos problemas de pareja son inevitables en la vida cotidiana. Al final, podemos decir, que esperaban llegar a formar una relación lo más perfecta posible, esto es "una relación conyugal libre de conflictos o problemas", considerando que esto es "necesario para constituirse como una relación estable"; cuando la realidad nos dice, que tal relación (perfecta) no existe ni es posible.

Para terminar, es importante revisar los resultados cualitativos que arrojaron las sesiones de biodanza, lo cual nos clarifica la determinación de las conclusiones finales halladas en este grupo de investigación; para una mejor visualización observemos la gráfica número cinco.

La terapia corporal (Biodanza), en uno de sus aspectos puede utilizarse como medio diagnóstico, en esta investigación se utilizó para corroborar y validar la problemática de las parejas, detectada por los instrumentos, además del trabajo terapéutico enfocado a la optimización del desarrollo de los potenciales.

Cada una, y todas las líneas de desarrollo fueron cuidadosamente estimuladas y evaluadas en el proceso, en el espacio de reflexión, lo que arroja datos importantes al respecto de la idiosincrasia del grupo.

Gráfica No. 3
Sesiones de Biodanza



Los diferentes ejercicios orientados por línea de desarrollo fueron como una constante, influidos por la parte afectiva, esta línea se manifestó en las parejas siempre

por actitudes amorosas y de cuidado lo que coloca la afectividad como componente principal del disfrute de su psicosexualidad. Se observó un aprendizaje progresivo de las posibilidades de contacto en todos los niveles (físico emocional, entre otros), un alto grado de desinhibición, aumento en la cantidad de caricias y compromiso que cada uno adquirió.

La trascendencia, sin separarse de la afectividad fue observada frecuentemente y referida por las parejas como un logro de dos seres humanos, el "no dejarse de conocer" porque es una actividad continua y comprender que "dura toda la vida", mientras dure la relación; y, el hecho de cada pareja es diferente y única, sin perder los niveles de libertad que permiten el amor recíproco. Esa capacidad de auténticas caricias, arrullos, "estar con su pareja"; todo esto es muestra evidente de salida de sí mismo y encontrarse con otro para integrar cada vez unidades mayores (pareja, familia, comunidad).

La sexualidad, entendida desde la biodanza como la vida psicosexual activa, la capacidad de disfrute. En este grupo se logró comprender que es necesaria la reciprocidad, verla como lo que básicamente es, un deseo de "estar con el otro" en una "comunidad íntima", no sólo de un encuentro físico, pues ellos lograron encontrar y descubrir la posibilidad del placer y el disfrute en otras cosas sin connotaciones sexuales, entre ellas el acompañamiento, cuidado y amor.

Luego, en la línea de la creatividad, que tiene que ver con romper estereotipos corporales, observables al caminar, los acercamientos y los movimientos en general para encontrar su propio lenguaje gestual; en ello se pudo observar la limitación en la gran mayoría a la espontaneidad y autenticidad en cuanto al deseo y la toma de iniciativa, ésta parte parece estar limitada o bloqueada por factores en su mayoría genéricos y culturales.

Por último, la línea de la vitalidad: fue donde cada miembro de la pareja concibió que cada uno puede convertirse en un catalizador del otro, para el constante renacimiento de sí mismo y del otro; produciendo energía vital a través de la valoración de su propia vida.

CAPÍTULO IV ANÁLISIS GLOBAL

El proyecto de investigación, fue planificado con una población de siete parejas (catorce personas en total), debido a que ésta cantidad de personas forman un grupo ideal para el trabajo en biodanza. Dadas las limitaciones de permisos laborales y por lo mismo, dificultades para asistir semanalmente dos horas, solamente aceptaron cuatro parejas (para un total de ocho pacientes).

Una de las características inherentes al grupo de parejas, consistió en que cada una de ellas presentaba alguna queja que hacía referencia a la vida psicosexual activa; ya sea por manifestar inconformidad o insatisfacción de la actividad psicosexual por uno o ambos cónyuges.

El primer contacto se hizo por medio de una entrevista con cada pareja en particular, posteriormente luego de haber establecido rapport con ellos, se procedió a aplicar los cuestionarios que exploraban aspectos de psicosexualidad (cuestionario "A") y conflictos conyugales (cuestionario "B"), esto de manera individual, por el hecho de explorar diversas manifestaciones que podrían correlacionarse y conocer los nexos posibles entre las variables de psicosexualidad insatisfactoria y conflictos conyugales.

Posteriormente, se realizaron las sesiones de biodanza (seis sesiones = seis semanas) como medio terapéutico, donde cada pareja logró trabajar la problemática por la que asistían a su respectiva psicoterapia de pareja; y a nosotros, la oportunidad observar los diferentes factores, tales como: la comunicación, estilo de abordar los conflictos y la psicosexualidad, experiencias personales, tipo de familia, aspectos laborales y económicos, sociales, afectividad, estereotipos, formas de pensar y sentir, entre otros; que se relacionan con la psicosexualidad, y así descubrir por sí mismos (cada pareja), que es posible llegar a una mejor comprensión y las posibles resoluciones a sus diversos conflictos conyugales. Todo este proceso fue realizado y sentido de manera cómoda y segura, tanto para los pacientes como para los terapeutas.

Durante el proceso de investigación, se esperaba que las respuestas de los cónyuges, dieran indicios de que la actividad psicosexual insatisfactoria, se constituyera en el punto focal de la conflictiva que estaban experimentando en sus respectivas relaciones como pareja; sin embargo, se halló todo lo contrario, es decir, manifestaciones positivas en cuanto a la psicosexualidad en un porcentaje aceptable y saludable; éstas fueron: la presencia de amor y pasión, el interés y la sensación de comodidad de "estar" con la pareja, procurar unidad y armonía conyugal, vivir el acto psicosexual como extensión del afecto, bondad y consideración, hablar en pareja de temas psicosexuales y lo que sienten con respecto al acto en sí, sentirse importante para el otro, y expresarse sentimientos recíprocamente.

En cambio, se revelaron datos significativos en el área de los conflictos conyugales, donde se observó que los hombres tienen más dificultad que las mujeres al momento de enfrentarse a un conflicto, lo que al final fomenta el surgimiento de los mismos, manifestado en una actitud de huida constante a los problemas.

Mientras tanto, en el caso de las esposas, las manifestaciones negativas fueron constituidas en declaraciones como: "no sé que hacer, cuando tengo problemas con él (esposo)"; otra forma fue el hecho donde las esposas se mostraron más dubitativas que los hombres cuando se encuentran ya, en medio de los conflictos con su pareja.

Ahora bien, ambos cónyuges coincidieron y manifestaron en sus propias palabras lo siguiente: "nos olvidamos de dedicar tiempo para estar solos, se vuelve una rutina (la relación)" ó "él regresa cansado del trabajo y yo también, así que se nos va el tiempo"; expresiones que cuentan como motivos por el que no logran mantener una intimidad significativa conyugal.

Aún así, se pudo revelar en menor porcentaje, manifestaciones saludables, en forma de actitudes y formas de percibir una problemática conyugal; pero, nuevamente se manifestaron en menor proporción en las esposas, en comparación con los esposos de éste grupo. Específicamente se detectaron las siguientes manifestaciones: considerar que los conflictos conyugales no siempre son destructivos, expresar siempre lo que sienten el uno al otro, creer que "no es saludable dejarse de hablar", y que ambos pueden llegar a acuerdos.

Sin embargo, el punto a rescatar de este proceso de investigación, consiste en confirmar que el factor importante a tomar siempre en cuenta, al momento de trabajar con parejas, es explorar la existencia de la afectividad entre los miembros de una relación conyugal. No importa si se aplica la mejor técnica de un sistema de psicoterapia, o si el terapeuta sea el mejor entrenado de alguna escuela en el mundo de las ciencias psicológicas; si el afecto entre ambos no existe, no será posible predecir y llevar a término con éxito cualquier proceso psicoterapéutico.

Al final, la biodanza les permitió un espacio de tiempo y lugar, donde reflexionaron sobre la importancia de retomar nuevamente ese proceso de conocimiento del sí mismo y del otro para llegar a fundirse en una sola unidad, por medio del respeto, responsabilidad y cuidado del uno hacia el otro, lo que se transforma en la reciprocidad; proceso que dura toda la vida, lo que permite la sensación de libertad y terminar amando las diferencias que poseen como seres humanos; y por último, aprovechar las oportunidades que se abren, cuando se presentan los conflictos en la vida conyugal.

De acuerdo a todas estas cualidades que se observaron y arrojaron los instrumentos que buscaban indagar si la vida psicosexual de las parejas vivenciada como insatisfactoria era la causa de sus conflictos, y que los motivó a buscar ayuda psicológica; nos ayuda a entender que para el grupo de parejas, los conflictos se constituyen por un complejo proceso e interrelación de factores entre sí (entre estos: físicos, personales, afectivos, actitudinales, socioculturales, económicos, entre otros),

los cuales se convierten en conflictos conyugales y son éstos los que se ponen en evidencia al momento de no disfrutar la actividad psicosexual con el cónyuge. Esto nos permite inferir, que para la relación conyugal es de suma importancia construir el campo afectivo y poseer un proyecto de vida afín, lo que se convierte en la esencia de la misma; y, al hablar de la psicosexualidad, esta se comprende como "el relleno del pastel", donde se conjuga y realiza el clímax de la comunicación más íntima, junto a sus componentes integrales inherentes al ser humano.

Por lo tanto, todos estos aspectos y factores hallados durante el proceso de investigación, nos motiva a rechazar nuestra hipótesis de trabajo, la cual proponía la vida psicosexual insatisfactoria como causa de los conflictos conyugales, además, se llega a la comprensión de que son factores, no causas, los que propician el desarrollo de tales conflictos en este grupo de parejas, que asisten a la clínica psicológica, en su respectiva psicoterapia familiar y de pareja, que les brinda el Centro de Atención Integral de Salud Mental, del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social, de esta ciudad capital.

CONCLUSIONES

- Después de realizada la investigación con el grupo de parejas, se determina rechazar la hipótesis de trabajo propuesta, que intentaba colocar a la vida psicosexual insatisfactoria como causa de los conflictos conyugales; esto debido a que las parejas presentaron mayores manifestaciones conflictivas relacionadas con otras áreas de la relación; esto quiere decir, que no provienen de forma determinante y directa de la actividad psicosexual.
- En el grupo, se evidenció una comprensión simplificada de lo que es un conflicto conyugal, entendido éstos como la sola presencia de problemas en una relación de pareja; sin tomar en cuenta el dinámico y complejo proceso de factores que influyen y propician el surgimiento de los fenómenos denominados conflictos. Lo que nos ayuda a concluir que los conflictos conyugales, son todos aquellos hechos cotidianos que surgen por la interrelación entre sí de factores personales, físicos, afectivos, actitudinales, socioculturales y económicos; que nos dan como resultado tal fenómeno.
- La vida psicosexual no es solamente una actividad referida al ámbito físico y biológico, puesto que, como es una actividad humana, es entendida como la extensión del afecto, ternura, amor y pasión; cualidades integrales que pertenecen al ser humano; lo que nos da un concepto significativo que se acerca más a la frase "hacer el amor".
- En este proceso de investigación descubrimos que la vida psicosexual de los cónyuges es significativa porque puede: a) brindar unidad a la pareja, b) brindar placer individual y conyugal, y, c) brindar una oportunidad de procreación de la vida.
- Ambos cónyuges poseen formas no saludables para afrontar conflictos en su relación, esto fue manifestado en el caso de los esposos, en una actitud de huida y evitación de tales situaciones; en cambio, las esposas manifiestan actitudes como: quedarse en silencio y no expresar lo que piensan y sienten cuando están en medio de los conflictos conyugales.
- Durante el proceso de psicoterapia, se observó la importancia que reviste, contar con el elemento esencial de la afectividad recíproca de los cónyuges, debido a que ésta alcanzó la presencia más elevada en la capacidad de disfrute en las parejas en las sesiones de biodanza.
- Concluimos que, el afecto puede restaurar y sostener a una relación de pareja, si bien, la actividad psicosexual es una experiencia maravillosa en el matrimonio, en sí misma no lo es todo, es más bien una parte del todo; y es

por medio del afecto que se percibe el verdadero significado de la psicosexualidad humana.

- La postura comúnmente aceptada hoy en día, consiste en comprender los diferentes fenómenos de la vida humana desde una visión reduccionista; por ejemplo: creer aun una sola causa produce un efecto determinado; la experiencia nuestra no lo justifica. Dados los hechos cotidianos que la vida misma nos plantea, podemos observar una y otra vez, evidentemente, que son dinámicos factores entre si lo que conduce a x efecto/resultado; mismo que varían de persona a persona por sus complejas subjetividades (historia individual-experiencias), manifestadas en diversas formas y muy variadas características. Debido a que el ser humano es un ser integral, es un todo, físico, mental, espiritual y sociocultural.

RECOMENDACIONES

- Se considera de suma importancia continuar con una investigación específica dedicada directamente a explorar los resultados de una técnica grupal psicoterapéutica, como Biodanza, para el tratamiento de los conflictos conyugales a profundidad.
- Viendo la necesidad y el fruto de las reuniones con las parejas que participaron en el estudio, será de mucho beneficio para las parejas con conflictos, mantener un grupo de apoyo y de psicoterapia en los centros de asistencia psicológica de nuestro país permanentemente.
- Al iniciar un proceso de psicoterapia de parejas, es imprescindible explorar el nivel de afecto recíproco en tal relación, pues esto determinará, el éxito o fracaso de dicho proceso.
- A la escuela de Ciencias Psicológicas, le compete promover y seguir con su participación en programas específicos de atención psicológica para Hospitales Nacionales y Centros de Salud de todo el país, específicamente en el área de psicoterapia de parejas.
- Contar con un área de psicosexualidad en la Escuela de Ciencias Psicológicas de la Universidad San Carlos de Guatemala, incluido en el Pénsum de Estudios, formando promotores actualizados de psicosexualidad saludable. Pero más importante aún, lo es, hacer énfasis en las relaciones interpersonales y humanas saludables.

BIBLIOGRAFIA

- Aguilar, Isidro; Galbes, Herminia, Enciclopedia: Vida, Amor y Sexo. 2ª. Edición.
Tomos 1-4. Edit. Safeliz.
Madrid, 1998.
317, 380, 330, 386, pp.
- Álvarez Gayou, J. L. Sexoterapia Integral. Edit. El Manual Moderno, S.A. de C.V.
México, 1986.
428, pp.
- Baron, Robert; Byrne Donn, Psicología Social. 8ª. Edición. Trad. Montserrat Ventosa
y Otros. Edit. Prentice Hall.
Iberia, Madrid. 1998.
752, pp.
- Castilla del Pino, Carlos, La culpa, 3ra. Ed. Edit. Alianza, Madrid 1991.
311 pp.
- Consejo Nacional de Población; Antología de la sexualidad humana. 1ª. Edición,
Tomo 1. Grupo Edit. Miguel Ángel Porrúa
México, 1994
885, pp.
- DeMeyer, William y otros, Neurología y Psiquiatría. Trad. Roberto Carrasco Ruiz.
Edit. McGraww Hill. México, 1983.
289, pp.
- Foucault, Michel, Historia de la Sexualidad: La Voluntad del Saber. 1ª. Edición. Tomo
1, Trad. Ulises de Guiñazú.
Buenos Aires, Argentina. Edit. Siglo XXI, 2002,
194, pp.
- Foucault, Michel, Historia de la Sexualidad: El uso de los placeres. 1ª. Edición. Tomo
2, Trad. Ulises de Guiñazú.
Buenos Aires, Argentina. Edit. Siblo XXI, 2002,
238, pp.
- Foucault, Michel, Historia de la Sexualidad: La Inquietud del sí. 1ª. Edición. Tomo 3,
Trad. Ulises de Guiñazú.
Buenos Aires, Argentina. Edit. Siblo XXI, 2002,
232, pp.
- From, Erich, El arte de amar. Trad. Eduardo Prieto. Barcelona, España.
Edit. Paidós, 1985.
140, pp.

- González Franco, María V., Estudio de la insatisfacción sexual, en un grupo de internas Ménades en el Centro de detención preventivo de mujeres. Escuela de Ciencias Psicológicas, USAC. Guatemala, 1986. 71, pp.
- Gotwald, William; Golden, Gale; Sexualidad: la experiencia humana. Trad. Antonio Garst Edit. El manual moderno, S.A. de C.V. México, 1983, 564, pp.
- Howse, Dunton y otros, Guía para la Dicha Familiar. Asociación Publicadora Interamericana Colombia, 1992. 192, pp.
- Juárez Arévalo, Miriam E., "Importancia de la psicoterapia corporal y técnica de relajación En la disminución del dolor en paciente del sexo femenino. Escuela de Ciencias Psicológicas, USAC. Guatemala, 2002. 83, pp.
- Katchadourian, Herant, La Sexualidad Humana. Compilador. Trad. Héctor Libertela Riesgo. 5ª. Reimpresión. Fondo de Cultura Económica. México, 2000. 394, pp.
- Martín Baró, Ignacio, Acción e Ideología: Psicología social desde Centroamérica- 10ª. Edición. San Salvador, El Salvador. UCA Editores, 2000. 459, pp.
- Masters y Jonson, William y Virginia, Respuesta Sexual Humana. Edit. Little, Brown & Co. Grand Rapids, Mi. U.S.A 1966.
- McCary, James y Stephen, Sexualidad Humana de McCary. 4ª. Edición. Trad. Dr. Octavio Gómez Dantés. Edit. El Manual Moderno, S.A. de C.V. 1983. 393, pp.
- Monedero, Carmelo, Antropología y Psicología. Ediciones Pirámide, Madrid, 1995. 158 pp.
- Muñoz Broncy, Luis Eduardo, Compilación de género. Guatemala, Escuela de Trabajo Social, USAC, 2000. 85, pp.

- Nogués, Ramon M., Sexo, Cerebro y Género. España, Edit. Paidós, 2003, 406, pp.
- Nuñez, Miguel Ángel, Un nuevo nombre. Gema Editores, 2003, México. 485, pp.
- Rolando, Toro, Biodanza. 2ª. Edición, Buenos Aires, Argentina. Asociación argentina de Biodanza, 1986. 200, pp.
- Reich, Wilhelm, La Revolución sexual. Edit. Roca. México, 1976. 160, pp.
- Rusell, Bertrand, Matrimonio y moral. Trad. Manuel Azaña. Madrid, España. Ediciones Cátedra, 2001. Colección Teorema 206, pp.
- Tieche, Mauricio, Guía de Educación Familiar. 8ª. Edición. Trad. Salvdor Iserte Badenas. Editorial Safeliz, S. L. España, 1983. 781, pp.
- Van Pelt, Nancy, Secretos de la dicha Conyugal. Asociación Publicadora Interamericana Trad. Alicia Harper Nash. Florida, U.S.A, 2001. 224, pp.
- Warren, Howard, Diccionario de Psicología. Compilador. 3ª. Edic. Trad. Imaz, Alatorre y Alaminos. Fondo de Cultura Económica. México, 1998. 383, pp.
- Weeks, Jeffrey, Sexualidad. 1a. Edición. Traducción: Mónica Manssur. Edit. Paidós. México, D.F. 1998. 131, pp.
- Wheat, Ed y Gaye, El placer Sexual ordenado por Dios, 20a. Edición, Trad. M. Francisco Liévano R. E.U.A. Edit. Bethania, 1980. 223, pp.
- Wright, Norman; Roberts, Wess, Antes de decir que sí: Preparación matrimonial para Parejas. Edit. Unilit. Miami, Fl. U.S.A. 1997. 94, pp.

A n e x o s

HISTORIA DE VIDA
DE PAREJA

1.- DATOS GENERALES

Nombre de la esposa: _____

Edad: _____ Escolaridad: _____ Ocupación: _____

Nombredel esposo: _____

Edad: _____ Escolaridad: _____ Ocupación: _____

No. de Hijos: _____ H _____ F No.de teléfono: _____

Direcciónde domicilio: _____

Viven con: _____ Rentan: _____ Casa Propia: _____

2.- HISTORIA PREMATRIMONIAL

a) ¿Cuándo se conocieron? ¿Hace cuanto tiempo?

b) ¿En que condiciones se conocieron?

c) ¿Tuvieron un noviazgo? ¿Cuánto tiempo fueron novios? ¿Cómo fue la relación?

d) ¿Cómo era la relación con cada familia?

Esposa:

Esposo:

e) ¿Decidieron estar juntos? ¿Cuándo y por qué?

f) ¿Por qué están juntos?

3.- HISTORIA CONYUGAL

a) ¿Están casados/unidos?

b) ¿Duración de la relación conyugal?

c) ¿Tipo de relación conyugal?

Autoritaria

Anárquica

Democrática

- d) Sobre la relación actualmente:
(¿Cómo se siente? ¿Han crecido como pareja e individualmente? Etc...)

Esposa:

Esposo:

4.- VIDA PSICOSEXUAL

- a) ¿Existe deseo y placer en la relación?

Esposa:

Esposo:

- b) ¿Alguna vez han sentido la presencia de abuso en la relación ó sentirse forzados al momento de la actividad sexual?

- c) ¿Cómo consideran la vida psicosexual de pareja e individualmente?
(¿Cómo una rutina, como continuación del romance, como entrega recíproca, una obligación, como un medio de contacto y comunicación...)

Esposa:

Esposo:

d) Tipos de estímulo psicosexual.

Esposa:

Esposo:

e) ¿Manifiestan interés por la psicosexualidad?

Esposa:

Esposo:

f) Información sobre la capacidad orgásmica.

Esposa:

Esposo:

g) Periodicidad de la actividad psicosexual en la pareja.

h) Comentario sobre la vida psicosexual en la pareja.
(Han crecido o evolucionado, mejorado, disminuído...)

5.- HIPÓTESIS Dx.

a) Presencia de trastorno ó problema.

b) Evolución.

c) Síntomas.

6.- EXPECTATIVAS DE LA PAREJA

FICHA EVOLUTIVA

<u>N°. DE CASO:</u>	<u>N°. DE FICHA:</u>
FECHA:	

ACTITUDES PSICOSEXUALES EN LA RELACIONES CONYUGALES

La lista siguiente presenta actitudes hacia el sexo, para los cónyuges. Considere cuidadosamente cada una, y luego decida si su respuesta será SÍ o NO. Responda cada uno en forma independiente y honesta, y luego comparen ambos sus respuestas, analizándolas con atención. Después del ejercicio, se comentará las explicaciones provistas.

1. La actividad psicosexual es la celebración del amor con su pareja. SI NO

Comentario:

2. A menudo, dedica Ud. tiempo para compartir y estar a solas con su pareja. SI NO

Comentario:

3. Manifiesta Ud., interés hacia su pareja. SI NO

Comentario:

4. Siente Ud., que hay unidad y armonía en su relación de pareja. SI NO

Comentario:

5. Observa que su cónyuge esta interesado (a) en Ud. SI NO

Comentario:

6. Dios se interesa por la felicidad en su relación íntima con su pareja. SI NO

Comentario:

SI **NO**

7. Son sus relaciones psicosexuales más que una actividad física.

Comentario:

8. En su relación de pareja, el acto psicosexual es la extensión del afecto, la bondad y la consideración.

Comentario:

9. Ud., como esposa (ó Su esposa) inicia las relaciones psicosexuales.

Comentario:

10. Conversan Ud., y su pareja respecto al tema de su psicosexualidad.

Comentario:

11. Se siente Ud., libre de comunicar lo que experimenta durante el acto psicosexual.

Comentario:

12. Cotidianamente expresa Ud., sus ideas y pensamientos con su cónyuge.

Comentario:

13. Siente Ud., que es valorizada (o) por su pareja, en todo tiempo y lugar.

Comentario:

14. Actualmente, observa Ud., que el respeto propio y la confianza de ambos están presentes en su relación. **SI** **NO**
Comentario:

15. El convivir con su cónyuge, le proporciona a Ud., bienestar en todo momento y lugar.
Comentario:

16. Está informada (o) y actualizada (o) acerca de los problemas psicosexuales que pueden afectarle a Ud., o a su pareja.
Comentario:

17. Sabe Ud., que es un orgasmo.
Comentario:

18. Se siente a gusto con su pareja, la mayor parte del tiempo.
Comentario:

19. Posee facilidad para experimentar orgasmos.
Comentario:

20. Se interesa Ud., en proporcionarle el mayor placer posible a su pareja.
Comentario:

SI **NO**

21. Ud., mantiene actividad psicosexual frecuentemente.

Comentario:

22. Disfruta Ud., de sus relaciones psicosexuales en cada encuentro que tiene con su pareja.

Comentario:

23. Ud., tiene relaciones psicosexuales.

Comentario:

24. Desea Ud., tener o contar con una vida psicosexual placentera y continua.

Comentario:

25. Escucha y nota cotidianamente, palabras y gestos de amor de parte de su cónyuge hacia Ud.

Comentario:

CONFLICTOS

Indique con un círculo si está de Acuerdo (A), en Desacuerdo (D) ó, Parcialmente de Acuerdo (PA) con los siguientes puntos, y analícelos en compañía de su cónyuge:

1. Siente Ud., que en su relación conyugal los conflictos son innecesarios.

A D PA

2. Los conflictos con su pareja le roban la felicidad a su relación conyugal.

A D PA

3. Los conflictos en su relación conyugal siempre son destructivos.

A D PA

4. En su relación de pareja es mejor evitar las discusiones.

A D PA

5. La mejor manera de resolver cualquier pelea es salir del cuarto y/o alejarse.

A D PA

6. Ha notado que cuando se presenta un conflicto conyugal, tienden a disminuir las muestras de cariño entre Uds.

A D PA

7. Es difícil para Ud., manifestar amor a su pareja cuando se está atravesando un conflicto conyugal.

A D PA

8. Siente Ud., que la vida psicosexual satisfactoria cura los conflictos de su relación conyugal.

A D PA

9. Siente Ud., que debe dejar de expresar lo que siente hacia su pareja hasta que se resuelva el problema.

A D PA

10. Resulta saludable para Ud., dejarse de hablar por un tiempo, "hasta que se calmen las aguas".

A D PA

CUADRO No. I

VARIABLE	INDICADORES DE VARIABLE	INSTRUMENTO
<p>Variable Independiente:</p> <p>Vida psicosexual insatisfactoria</p> <p>Son las vivencias de uno o ambos cónyuges, no satisfactorias o no gratas dentro de la relación. Relacionado al desconocimiento del fenómeno de la psicosexualidad o a la calidad de la relación que existe entre los miembros de la pareja. Entre otros aspectos que influyen en la vida psicosexual insatisfactoria, pueden ser: eyaculación prematura, impotencia, fatiga, preorgasmo, anorgasmo, bajo nivel de estimación propia, y la falta de comunicación efectiva que resulta imprescindible en toda relación.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ausencia de amor y pasión. 2. Falta de intimidad (física, intelectual, espiritual, afectiva y emocional). 3. Educación sexual inadecuada o ausencia de la misma. 4. Resistencia para abordar el tema psicosexual. 5. Dificultad para expresar los sentimientos. 6. Sentimientos negativos (culpa, ira, resentimiento). 7. Problemas físicos (eyaculación precoz, Anorgasmo, preorgasmo, disfunción eréctil). 8. Periodicidad de las relaciones psicosexuales. 	<p>Cuestionario – A –</p> <p>Ítems: 1, 3, 4, 18</p> <p>Ítems: 2, 3, 5</p> <p>Ítems: 6, 7, 8, 9</p> <p>Ítems: 10, 11, 12</p> <p>Ítems: 11, 12, 13, 25</p> <p>Ítems: 13, 14, 15</p> <p>Ítems: 16, 17, 19, 22</p> <p>Ítems: 18, 20, 21, 23, 24</p>

CUADRO No. II

VARIABLE	INDICADORES DE VARIABLE	INSTRUMENTO
<p>Variable Dependiente:</p> <p>Conflictos Conyugales</p> <p>Son las dificultades, contradicciones, diferencias e incoherencias en la forma de pensar y sentir en las relaciones matrimoniales, las cuales surgen cuando la pareja es incapaz de comunicarse, o muestra una aversión a hacerlo. Estos producen fricciones tan intensas que se pueden convertir en crisis.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Actitud nociva frente a los conflictos. 2. Comunicación deficiente. 3. Ausencia de gestos amables y amorosos. 4. Rechazo emocional y físico. 5. Discusiones frecuentes (Dejarse de hablar, señalamientos o reclamos) 	<p>Cuestionario – B –</p> <p>Items: 1, 2, 3, 5</p> <p>Items: 4, 5, 12</p> <p>Items: 6, 7, 12</p> <p>Items: 8, 9</p> <p>Items: 10, 11</p>

RESUMEN

El presente estudio describe los factores que relacionan la vida psicosexual vivenciada como insatisfactoria con los conflictos conyugales de las parejas que asisten a la clínica psicológica.

Dicha investigación fue realizada en el Centro de Atención Integral de Salud Mental, del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social, de ésta ciudad capital, donde participaron cuatro matrimonios, de veinte años de edad en adelante, provenientes de esta ciudad capital y de diversas condiciones económicas, que asistían regularmente al Programa de Psicoterapia Familiar y de pareja.

Como primera parte del proceso, cada pareja en particular, tuvieron una entrevista inicial y posteriormente se aplicaron dos cuestionarios que buscaban explorar manifestaciones en cuanto a la psicosexualidad y su posible relación con los conflictos conyugales.

En la segunda parte, durante seis semanas, participaron de las sesiones de Biodanza, como medio terapéutico, donde realizaron reflexiones sobre las experiencias vividas por medio de los ejercicios preparados para ellos, y así, observar y confirmar los datos expresados en los cuestionarios. Anotando los hallazgos en la respectiva historia de vida de pareja y fichas de evoluciones de cada una de ellas.

Sometidos a este proceso, los hallazgos concluyentes en el grupo, nos indican lo siguiente: los conflictos conyugales son producto de la interrelación entre sí de factores personales, mentales y afectivos, físicos, socioculturales, espirituales; y son éstos los que se evidencian en una queja de insatisfacción en el área de la vida psicosexual de los cónyuges, no podemos considerarla aislada de los factores mencionados que entran en juego; ni mucho menos causa directa de tales conflictos en una relación de pareja.