

PERSPECTIVAS SOBRE LA SEXUALIDAD

Lectura tomada y modificada de Alonso, 2004



antoniope.blogspot.com

Dimensiones de la sexualidad

La sexualidad se nos muestra como una realidad tan compleja y diversa que es imposible acotar todo lo que puede representar bajo una única mirada. Comprender la sexualidad humana supone reconocer su índole pluridimensional. Estas dimensiones no son estables sino que están sujetas a cambios y en una interacción constante. Las dimensiones más importantes son:

- a) Dimensión **biológica**. Los factores biológicos están compuestos por fenómenos anatómicos, fisiológicos y endocrinos implicados en la relación sexual. Todo ser humano dispone de un programa genético, de un sistema nervioso y de un sistema hormonal que confluyen en una estructura psicofisiológica, base sobre la que se construye la conducta sexual.
- b) Dimensión **psicoafectiva**. En el ser humano, el surgimiento del impulso o deseo sexual depende tanto de los mecanismos hormonales y del sistema nervioso, como los estímulos externos e internos. Explicar la conducta sexual y la orientación afectiva de las personas son tareas propias de la psicología.
- c) Dimensión **clínica**. Si bien la actividad sexual es una función natural del individuo, existen numerosos impedimentos que pueden disminuir el placer o la comunicación. Algunos problemas psicológicos como la ansiedad y la depresión pueden originar problemas de convivencia, que repercuten en la vida sexual. Desde esta perspectiva se buscan soluciones, por ejemplo, a disfunciones sexuales.

d) Dimensión **sociocultural**. Cada sociedad modela y ordena el desarrollo y la expresión de la sexualidad de sus miembros. También establece unos valores y pautas para justificar los comportamientos sexuales. Estas influencias condicionan la forma de vivir cada individuo su sexualidad.

Funciones de la sexualidad



sexualidadresponsabilidad2012.wordpress.

Durante siglos, una cultura autoritaria y represiva negaba y reprimía un hecho natural y evidente: somos seres sexuados. La sexualidad, en los seres humanos, significa mucho más que un simple mecanismo de reproducción puesto a nuestra disposición por la naturaleza, el amor, la ternura y el placer sensual coronan el último estadio de un largo proceso evolutivo. Las principales funciones de la sexualidad son la comunicación, el placer y la reproducción.

La comunicación

La comunicación y la relación interpersonal son imprescindibles para el desarrollo físico y psicosocial del ser humano. El contacto corporal (miradas, caricias, besos, abrazos) transmite sentimientos y afectos. En un lenguaje más espontáneo y sincero que el lenguaje verbal. La comunicación afectiva y sexual no siempre requiere de las palabras.

El placer

Durante siglos la tradición judío-cristiana consideró que el placer era pecaminoso y la única función de la sexualidad era la procreación. Estas ideas conformaron una mentalidad que dificultaba la consecución del placer. Sin embargo, las sensaciones de placer y displacer son las primeras que experimenta el ser humano y son indispensables para el desarrollo de la personalidad. El placer es el resultado de una relación gratificante consigo mismo y con otras personas. Por tanto, es un valor humano para desarrollar y cultivar.

Reproducción

Todo ser vivo, desde las bacterias hasta los mamíferos, tienen una función reproductora el secreto de la perpetuación de la especie. Aunque la sexualidad es permanente en la vida del individuo, su capacidad reproductiva se reduce a ciertas edades.

Actitudes ante la sexualidad

Toda persona tiene ideas y realiza juicios sobre los hechos o los acontecimientos, pero cuando actúa según sus convicciones o creencias, decimos que muestra una actitud. Las actitudes son un sentimiento más que una idea lógica. No son fruto de un acto razonado o deliberado, sino disposiciones valorativas, con tres componentes: cognitiva (opiniones, creencia), afectivo (sentimientos) y conductuales (comportarse de una determinada manera). Los seres humanos difieren en sus actitudes ante el placer o los anticonceptivos. Los diferentes componentes forman una estructura que tiende a permanecer estable. Sin embargo, en diferentes ocasiones pueden producirse contradicciones entre los mismos y puede ser el indicio de cambio de actitud. A veces, el pensamiento de un individuo está en contraposición con sus sentimientos o actuaciones.

a) Actitud **prohibitiva**. Ha sido definida por instituciones y personas conciben el fenómeno sexual como algo tabú, vergonzoso, de lo que mejor no hablar. Esta visión conservadora se distingue por las siguientes posiciones:

- Reduce el cuerpo sexual a los genitales.
- Condiciona la sexualidad a la procreación.
- La sexualidad sólo se ejerce en el matrimonio.
- El deseo sexual sólo puede ser heterosexual.
- La edad sexual es la adulta.
- El derecho al placer es exclusivo a los varones.

La ignorancia y las actitudes negativas ante la sexualidad son un obstáculo para tener una relación armoniosa y placentera e impiden la salud sexual, que es una parte importante de nuestro bienestar general.

b) Actitud **permisiva**. Es un cambio de actitud superficial. Algunos piensan que ya están liberados por pensar, decir o hacer aquello que estuvo prohibido en el pasado. Y mantienen esta actitud por seguir la moda o por dejar de hacer el ridículo.

c) Actitud de **cultivo** Las actitudes anteriores parten de normas impuestas, sean prohibitivas (“no debes hacer”) o permisivas (“se te permite hacer”). La actitud de cultivo parte del potencial personal (“eres capaz de hacer”). Tradicionalmente la sexualidad ha sido juzgada y condenada, moralizada o patologizada, sin haber sido estudiada o comprendida. Cultivar la propia sexualidad no se improvisa, exige esfuerzo, y no hay mejor aprendizaje que la rebeldía contra la voz secreta de lo obligatorio.



soysalud.blogspot.com

BIBLIOGRAFÍA

Arteaga M. A., Trujillo B.M.G., Espinosa R.M.G, Psicología Universidad de Guadalajara, México, SEP, Gobierno del estado de Puebla, 2004.