

SEXUALIDAD Y AFECTIVIDAD

AUTOR: MARIO ARIAS BARRANTES

MARZO: 2021



San Marcos

Introducción

Bienvenidos, en este primer módulo de nuestro curso de sexualidad y pareja, vamos a comprender como se funda la pareja humana a través de las teorías que intentan explicar esta fundación, exploraremos los elementos que influyen en la sexualidad humana, como los componentes fisiológicos, sociales y psicológicos en los que las personas tenemos nuestro proceso evolutivo y que tienen un papel de mucha importancia en la unión y en la duración de la pareja.

Es importante comprender los elementos que nos llevan a sentir afecto por otra persona y que nos invite a relacionarnos con ella de una forma más íntima que con las otras personas.

Se analizará en este módulo que es un conflicto de pareja, cuáles son los conflictos más comunes y de qué manera estos afectan la vida de la pareja.

A través del estudio de este módulo intentaremos dar respuesta a la interrogante planteada. ¿Qué elementos intervienen en la formación y funcionalidad de la pareja humana?

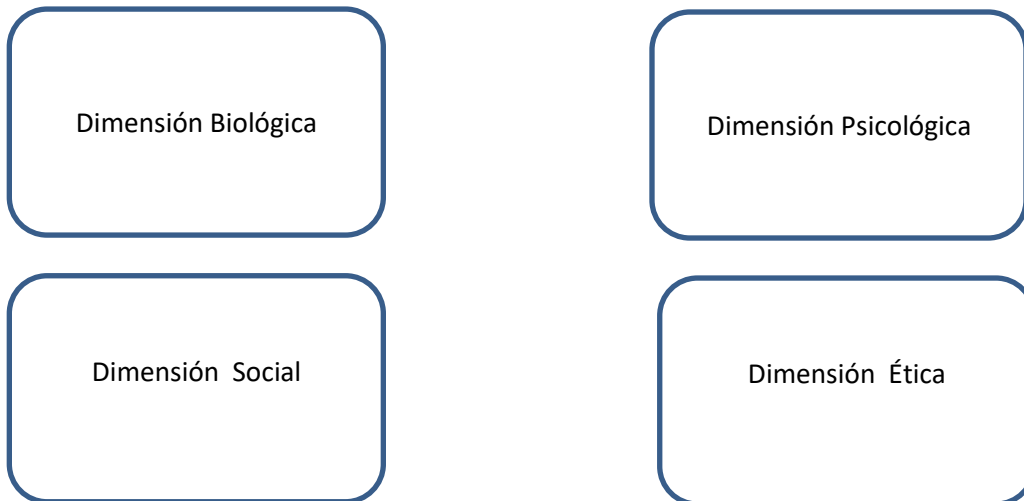


Tabla de contenido

Introducción	1
Sexualidad y afectividad.	3
La sexualidad Humana.	4
Conceptualización del conflicto de pareja	10
Conclusiones	20
Referencias bibliográficas	21

Sexualidad y afectividad.

La sexualidad humana está configurada por la interrelación de diversas esferas o dimensiones que la completan.



El área biológica: está conformada con los aspectos propios de sujeto, su composición anatómica que es determinada genéticamente, anatómicamente estamos diferenciados entre hembra y macho por las características físicas de nuestros órganos sexuales. Esta dimensión es crucial debido a que por medio de ella se produce la procreación, el deseo y la respuesta sexual entre otros.

La dimensión psicológica: esta juega un papel increíblemente importante en la forma en la que configuramos la forma de vivenciar nuestra sexualidad. Gracias a esta dimensión podemos disfrutar de los elementos que son parte de la sexualidad, podemos percibir la belleza de alguien o de algo, de acuerdo con la idea que tengamos de este concepto. Esta dimensión en ocasiones se ve contaminada por las creencias, transmisiones culturales, traumas infantiles, entre otras cosas que podrían provocar en la persona un no disfrute de su sexualidad a planitud. Los tabúes que son creados por transmisión cultural a menudo crean una situación de temor o de no aceptación del intercurso sexual.

Respecto a la dimensión social, cada cultura establece sus propias “reglas” con el fin de regular las conductas sexuales de las personas. A su vez, cada sociedad se configura como creadora de diferentes roles que le son asignados a la persona en función a su género, de

esta forma, la persona deberá cumplir con ciertas tareas sociales de acuerdo con el género que haya nacido.

Respecto al rol de género, en la sociedad delimitan cómo se espera que la persona actúe, se nos indica como debemos comportarnos, vestirnos, expresarnos etc. Todo esto de acuerdo con nuestro sexo asignado. De acuerdo con la sociedad donde el sujeto haya nacido, se espera que las personas actúen en consecuencia con su sexo biológico, de esta manera las niñas deben tener un comportamiento diferente por mucho a los niños.

Cada grupo social, de acuerdo con su normativa cultural, tiene expectativas en relación con los roles de género destinados a cada individuo.

La dimensión ética: esta dimensión se refiere no solamente una situación de disfrute sexual, las personas tenemos vivencias a lo largo de la vida que nos van determinando o configurando en la forma en la que expresaríamos el disfrute de nuestra sexualidad. Esta dimensión parte del hecho de que el hombre y la mujer son portadores de toda una gama de experiencias recogidas a lo largo de la vida. En estas experiencias, las personas vamos adoptando ciertos valores que nos convierte en portadores de ellos para siempre, y a su vez estos valores se convierten el parámetro que mide lo que la persona va a vivir, ya que los valores que esta persona adoptó, seguramente le marcaran su comportamiento sexual.

Esta dimensión de basa principalmente en la forma en que cada individuo se valora a sí mismo y esta forma de valorarse, lleva a la persona a valorar a los demás.

La sexualidad Humana.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), la sexualidad humana se define como: “Un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vivencia y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales”.

El derecho a la libertad sexual pertenece a todas las personas que habitan este mundo, en la declaración de los derechos sexuales se declara que los estos son derechos humanos fundamentales y universales.

El Ministerio de Salud Pública de Costa Rica (2020), acatando y comprendiendo esta

declaración indica que: “la sexualidad es una parte integral de la personalidad de todo ser humano. Su desarrollo pleno depende de la satisfacción de necesidades humanas básicas como el deseo de contacto, intimidad, expresión emocional, placer, ternura y amor. La sexualidad se construye a través de la interacción entre el individuo y las estructuras sociales. El desarrollo pleno de la sexualidad es esencial para el bienestar individual, interpersonal y social. Los derechos sexuales son derechos humanos universales basados en la libertad, dignidad e igualdad inherentes a todos los seres humanos.

Dado que la salud es un derecho humano fundamental, la salud sexual debe ser un derecho humano básico. Para asegurar el desarrollo de una sexualidad saludable en los seres humanos y las sociedades, los derechos sexuales siguientes deben ser reconocidos, promovidos, respetados y defendidos por todas las sociedades con todos sus medios. La salud sexual es el resultado de un ambiente que reconoce, respeta y ejerce estos derechos sexuales (Ministerio de Salud de Costa Rica).

La sexualidad es una parte integral del ser humano, todas las personas tenemos la necesidad de satisfacer los deseos de intimidad, sea esta de la forma que sea, las necesidades de satisfacción van desde la compañía hasta la consumación de la relación sexual genital. A ninguna persona independientemente de su condición social, fisiológica o personal, se le puede privar de su derecho al disfrute de su sexualidad.

Una sexualidad sana provoca que el disfrute de ella sea óptimo, y esta sexualidad sana a su vez dependerá en muchos casos del ambiente donde la persona se desarrolle, las diferentes situaciones sociales negativas creadas en ese ambiente podrían provocar que la sexualidad se desarrolle de forma inadecuada.

Por otra parte la transmisión parental, social o familiar de creencias culturales negativas o mitos respecto a la sexualidad podrían dar al traste con el disfrute futuro a plenitud. El abuso sexual por otra parte condena a la persona a tener una atrofia en su desarrollo sexual y por consiguiente a crear una mal interpretación de esta sexualidad acarreando toda clase de problemas tanto a nivel de funcionamiento sexual como de comportamientos.

El derecho a la sexualidad no se refiere únicamente a la sexualidad genital como tal, sino a todos aquellos elementos que la componen y donde el ser humano debe tener absoluta libertad de decisión sobre como pretende que esto se dé. Según el Ministerio de Salud, la declaratoria recoge los derechos que se presentan a continuación:

El derecho a la libertad sexual. La libertad sexual abarca la posibilidad de la plena expresión



del potencial sexual de los individuos. Sin embargo, esto excluye toda forma de coerción, explotación y abuso sexuales en cualquier tiempo y situación de vida.

El derecho a la autonomía, integridad y seguridad sexuales del cuerpo. Este derecho incluye la capacidad de tomar decisiones autónomas sobre la propia vida sexual dentro del contexto de la ética personal y social. También están incluidas la capacidad de control y disfrute de nuestros cuerpos, libres de tortura, mutilación y violencia de cualquier tipo.

El derecho a la privacidad sexual. Este involucra el derecho a las decisiones y conductas individuales realizadas en el ámbito de la intimidad siempre y cuando no interfieran en los derechos sexuales de otros.

El derecho a la equidad sexual. Este derecho se refiere a la oposición a todas las formas de discriminación, independientemente del sexo, género, orientación sexual, edad, raza, clase social, religión o limitación física o emocional.

El derecho al placer sexual. El placer sexual, incluyendo el autoerotismo, es fuente de bienestar físico, psicológico, intelectual y espiritual.

El derecho a la expresión sexual emocional. La expresión sexual va más allá del placer erótico o los actos sexuales. Todo individuo tiene derecho a expresar su sexualidad a través de la comunicación, el contacto, la expresión emocional y el amor.

El derecho a la libre asociación sexual. Significa la posibilidad de contraer o no matrimonio, de divorciarse y de establecer otros tipos de asociaciones sexuales responsables.

El derecho a la toma de decisiones reproductivas libres y responsables. Esto abarca el derecho a decidir o no tener hijos, el número y el espacio entre cada uno, y el derecho al acceso pleno a los métodos de regulación de la fecundidad.

El derecho a información basada en el conocimiento científico. Este derecho implica que la información sexual debe ser generada a través de la información científica libre y ética, así como el derecho a la difusión apropiada en todos los niveles sociales.

El derecho a la educación sexual integral. Este es un proceso que se inicia con el nacimiento y dura toda la vida y que debería involucrar a todas las instituciones sociales.

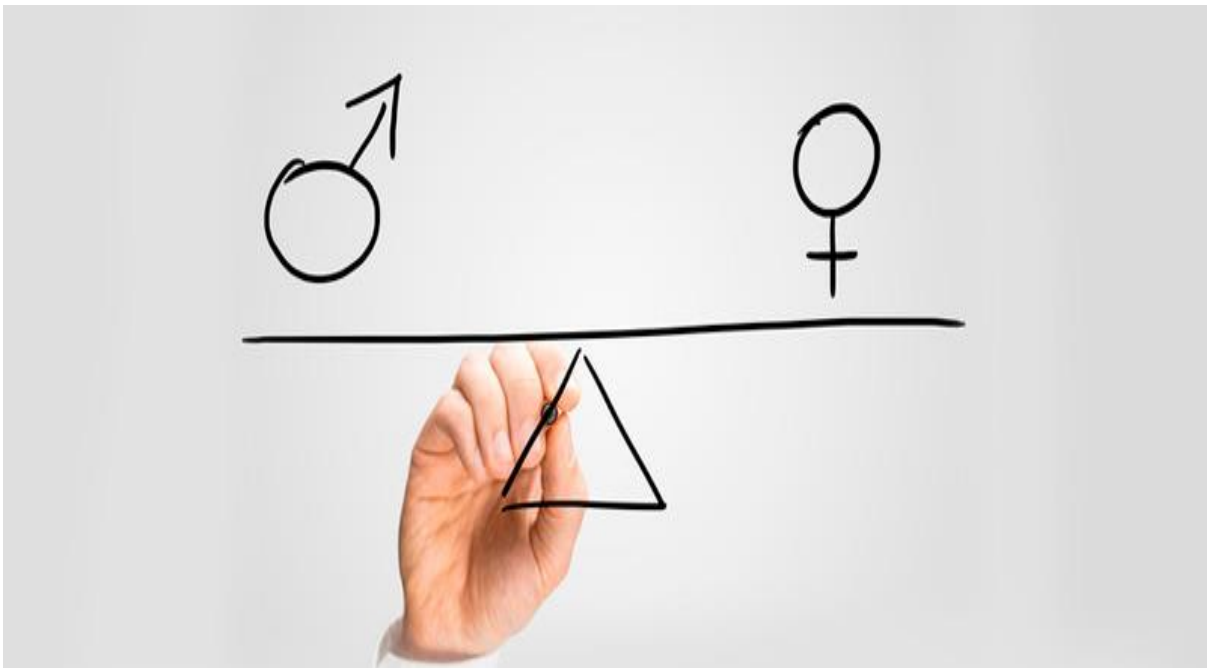
El derecho a la atención de la salud sexual. La atención de la salud sexual debe estar disponible para la prevención y el tratamiento de todos los problemas, preocupaciones y trastornos sexuales. (Ministerio de Salud Pública, declaratoria de los derechos sexuales, p.1-2)

El disfrute de la sexualidad no se circunscribe solo al disfrute de la genitalidad, por lo contrario, abarca al ser humano integral por lo que no debe existir ningún tipo de situación que violente el derecho de las personas.

La sexualidad cumple con tres funciones específicas, la primera función es la reproductiva, esta función está destinada a la procreación. Desde tiempos antiguos la mujer principalmente tenía la obligación de tener niños, la mujer que no los concibiera se señalaba como una persona a la que por esta condición podía ser repudiada ya que se concebían como personas vacías y a menudo sufrían el rechazo de la sociedad.

La segunda función es la romántica, esta función está destinada al disfrute del amor romántico en compañía de la otra persona en una especie de intimidad que no necesariamente tiene intercurso sexual genital.

La tercera función de la sexualidad es la lúdica, esta función se refiere a esa sexualidad donde se da el disfrute del placer desde el juego erótico.



[Esta foto](#) de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY](#)

Es casi inevitable el establecer contacto con otros seres humanos ya que las personas nos desenvolvemos en una esfera social y el contacto con ese “otro” que aparece, crea inevitablemente una sensación emocional, y empezamos a percibir a las personas desde nuestra gama de aprendizajes socioculturales. Es de esta manera que percibimos afectivamente lo que para nuestra percepción representa el otro. La persona que está feliz o la persona que está triste al igual que la persona enojada, y esto provoca un sentimiento emocional de cercanía o lejanía como resultado de lo que aquella persona nos inspire.

La esfera afectiva es aquella compuesta por nuestros sentimientos, emociones, afectos y toda aquella manifestación de un sentir emocional, independientemente si es positivo o negativo, el odio, el amor, la ternura son parte de esa gama de situaciones o de emociones que conforman nuestra esfera afectiva.

Díaz R (2014), indica. “Inicio con una clarificación de orden general. Edith va a denominar dimensión afectiva al universo simbólico que incluye sentimientos, emociones, pasiones, afectos. Sean el amor, el odio, la envidia, la venganza, la alegría, la tristeza, miedo, valor, melancolía, euforia. Se trata, a mi juicio, de una afortunada primera movida en la partida de ajedrez de Edith porque, sin decirlo así, tan contundentemente, ella sabe que la afectividad conforma aquel pedazo de realidad que excede al lenguaje. O para decirlo de otra manera, la dimensión afectiva no se agota con el lenguaje. Y vamos a revisar las implicaciones de

este supuesto. Edith no se empeña por ofrecernos una única definición de "emoción" o de "sentimiento" o de cualquier otro elemento constitutivo de la dimensión afectiva por la simple razón de que nosotros no estaríamos aquí reseñando este libro, y Edith tal vez esté aún atrapada en un laberinto del que creo no hay escapatoria. De tal suerte que, como punto de partida, el objeto de estudio de Edith es uno fundamentalmente elusivo: como una suerte de pescado que intentamos sacar del río y se nos escapa de las manos una y otra vez". (Díaz. R. 2014, p. 230).

La afectividad va más allá de lo que el ser humano pueda expresar con sus palabras o con sus gestos, esta esta compuesta por reacciones emocionales que no terminan con la utilización del lenguaje.

Indican Navarro. A, y Arroyo. A (2017) que “el campo afectivo se constituye en oposición a la vinculación racional y al sujeto de la racionalidad moderna que desconocía o minimizaba otras formas de relacionamiento, estableciendo la razón como el supremo valor. Esto ha sufrido cambios y reconfiguraciones que han permitido establecer un tipo de subjetividad nómada, como lo plantea Braidotti (2000), en el que se genera esa "progresión vertiginosa hacia la deconstrucción de la identidad, molecularización del yo" (p. 48). Son subjetividades distintas, emergentes, en reconfiguración constante, que incluyen lo afectivo como potencia vital. (Navarro y Arroyo. 2017. p. 273)

Intersubjetivo
Proceso en el que se comparte la consciencia y el conocimiento de una persona a otra.

La afectividad es un juego de percepciones subjetivas del sujeto que le brinda la posibilidad de satisfacer sus necesidades de interacción, es una aventura de subjetividades intersubjetivas, en la que los sentimiento, afectos, pensamientos y emociones, se ponen en juego para conseguir satisfacer la búsqueda de cariño amor, afecto entre otros.

Conceptualización del conflicto de pareja



Esta foto de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-NC-ND](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

Una crisis es considerada como “Percepción de un evento o situación como una dificultad intolerable que excede a los recursos y a los mecanismos de lucha de una persona” (Gilliland y James 1988). Existen algunas parejas que durante las crisis vitales o inesperadas olvidan los votos y el pacto matrimoniales de confianza, fidelidad, permanencia y compañerismo que hicieron en el altar.

Para prevenir las crisis, o durante ellas, la pareja debe perseverar y luchar constantemente por su vida matrimonial.

Según Moreno. J, (2018), “la modernidad ha concebido la pareja como dos individuos unidos por la fuerza del deseo o del amor romántico que eligen unir sus vidas bajo una promesa

de felicidad y de significado.

El psicoanálisis nos enseñó que el deseo actúa como un todopoderoso motor que incesantemente nos empuja hacia objetivos, inalcanzables por definición. A pesar de su concepción individualista y positivista, el deseo psicoanalítico, implica determinadas formas de otredad, sean como fantasía inconsciente, como imagos parentales, o como arquetipos en la psicología junguiana, lo que ya presupone un cuestionamiento del Otro empírico pues sabemos que éste no es más que un portador de una proyección inconsciente, una representación del propio fantasma”. (Moreno. J, p.6).

Parfraseando a Moreno, la pareja se constituye a partir de la unión de dos personas que se alían uno con el otro movidos por diferentes razones. En algunos casos como expone el autor, son movidos por el deseo que es una fuerza según lo explica el psicoanálisis, que impulsa al sujeto hacia la consecución de diferentes objetivos, en otros casos la unión se cimienta en ese sentimiento de felicidad que es provocado por la simple presencia del otro.

Por su parte Pérez, C. (2006) citado por Chávez. M (2015), hace una reflexión acerca de los motivos que se dan en la mutua atracción de la pareja; y la expresión emocional que lleva a dicha elección es el enamoramiento, definido este como la fuerza o impulso que los lleva a encontrarse y convertirse en una persona especial y diferente a los demás, provocando un impacto emocional y un deseo incontenible, quedando toda la conducta alterada ante esa emoción. Los mecanismos que intervienen en la elección de pareja son: biológico, social y psicológico (mecanismos consientes e inconscientes) los motivos inconscientes influyen en la atracción sexual y afectiva.

Refiriéndonos a las relaciones de pareja, vivimos en un mundo dual donde todo está compuesto de dos. Cuando hablamos de una pareja hablamos de dos personas que de alguna forma deciden unirse en una relación que no necesariamente va a durar para siempre, lo que en realidad cuenta es el simple hecho de unirse independientemente del tiempo de la duración.

Lo que vale o lo válido con respecto a la conformación de una pareja es precisamente la unión y no el tiempo.

Cuando se habla del conflicto de pareja se tiene que entender qué se está hablando de un conflicto que se presenta en la relación de dos. En un mundo configurado de esta forma cada persona tiene la posibilidad de optar por la elección de una pareja, y esa pareja debería de convertirse en el soporte emocional, conductual y afectivo de cada uno de nosotros. No



se puede aquí enmarcar el concepto de pareja como lo vimos anteriormente en aquella dualidad hombre mujer creados para cumplir una misión de procreación, sino que tenemos que conceptualizar la pareja como la unión de dos personas independientemente del sexo, de la raza, etc.

Se tiene claro que uno más uno sumados es igual a dos, y que la concepción tradicional de la pareja implicaría que exista una división de género para que pueda darse la procreación como tal, sin embargo es importante aclarar que la concepción real y moderna de la pareja implica la unión de dos personas que deciden aliarse para continuar adelante y juntos el camino de su vida.

Por lo tanto el conflicto de pareja no se centra en conflicto que tenga un hombre con una mujer sino el conflicto que tenga un individuo con respecto al otro

Entonces aquí surge la pregunta ¿qué es un conflicto de pareja?

Un conflicto es una desacuerdo es decir un conflicto es una situación de disconformidad entre el pensamiento, los deseos, las normas de una persona integrante de esa dualidad, y la conducta de la otra persona. Por lo general los conflictos siempre se van a presentar a partir de lo que se podría interpretar como un ataque al ego de uno de los integrantes o de ambos integrantes de la pareja, es decir que es el hecho de que uno de los integrantes de la pareja realice lo contrario a lo que la otra persona quiere o espera.

conflicto se define como:
la coexistencia de tendencias contradictorias, capaces de generar angustia y trastornos neuróticos

(RAE, 2001)

No se va a entrar en una situación conflicto en el tanto no se ejecute ninguna acción que atente contra el “orden” establecido en esa relación.

Como apuntamos anteriormente en el transcurrir evolutivo de la pareja se van a dar encuentros y desencuentros qué van a provocar, en alguno momento conflictos. Estos encuentros y desencuentros probablemente contengan resultados que pueden llevar a la pareja al punto de quiebre o en su defecto a buscar una redefinición de su situación como pareja, por lo tanto pues, el conflicto es una parte habitual y se quiere hasta importante en la relación de pareja. La inexistencia de conflictos en la pareja probablemente detendrá su desarrollo evolutivo pues es necesario que el conflicto se presente con el propósito de que la pareja pueda evolucionar y pueda fortalecerse cada día más.

El problema real en la pareja inicia cuando el conflicto no puede ser resuelto ya sea por la negatividad de uno de los miembros de la pareja o simplemente porque se toma la decisión de acallar el conflicto y esto lo que va a traer como resultado es un desgaste en la relación de la diada, lo que posteriormente incrementará la probabilidad de aparición de otros conflictos diferentes al conflicto inicial.

Según Tapia. L, (2009), *“la negatividad en el vínculo de la pareja es la aparición de interacciones dirigidas a la desvalorización de los miembros mediante la crítica destructiva, el desprecio, la ofensa y la descalificación de sus emociones y de sus sentimientos. Los “entrampes” del conflicto son aparición recurrente de pautas e interacciones estereotipadas rígidas que se caracterizan por su ineficacia para resolver los conflictos”* (Tapia L. et al, 2009; p.103).

La pareja se considera un sistema abierto, en constante desarrollo por lo que no es extraño encontrar en ella conflictos, las crisis de desarrollo de la pareja, pueden asemejarse a las crisis vitales del ser humano. Partimos aquí de la premisa de que la pareja está conformada por dos individuos que deben adaptarse uno al otro, pero que a su vez viene arrastrando una historia creada por las familias de origen de cada uno de los miembros, lo que dificulta la adaptación, pero como apuntamos, esto no es el punto neural del conflicto, lo que realmente destruye a la pareja, no es la historia que cada uno de ellos arrastre, sino las vestidas desvalorizantes propiciadas por una o por las dos partes de la pareja.

La evolución de la sociedad con la incorporación de la mujer al mundo laboral ha alterado la situación de ésta dentro de la pareja tradicional y ha producido cambios en su estructura, creando dificultades en la relación de pareja sobre todo por el reparto no equitativo de las responsabilidades familiares y de las tareas domésticas (Blattberg y Hogan, 1994; Halford y Markman, 1997).

Otra fuente de problemas dentro de una relación de pareja se relaciona con los cambios que se producen en el ambiente externo y que afectan a su estabilidad y equilibrio, como pueden ser la aparición de una tercera persona (Riehl, Frei y Willi, 1994) o el poder reforzador de un trabajo o profesión que puede competir con la relación.

Con la aparición del conflicto en la pareja aparecen también las desavenencias, las formas de pensar y los intereses de cada uno de los miembros de la pareja, en el caso del conflicto pues, se incrementan las situaciones contradictorias con respecto a una situación determinada y estas contradicciones causan dolor y desgaste en la relación hasta crear la



posibilidad de la pérdida de la pareja.

El conflicto pone de manifiesto cuáles son los intereses reales de cada uno de los componentes de la diada.

El potencial de conflicto se encuentra en todas las relaciones humanas pero se ve incrementado en las relaciones más íntimas o cercanas como en el caso de las parejas.

Es así que las parejas a menudo se encuentran en situaciones de conflicto y las razones para ello son múltiples: el dinero, las actividades de la casa, las relaciones con los parientes, las diferencias de valores, las expectativas sobre la relación y filosofías de vida, las diferencias religiosas, el uso del tiempo libre, la falta de atención, la sexualidad, la crianza y planificación de los hijos, las relaciones con las amistades, la carencia de conocimientos y destrezas de comunicación constructiva-efectiva, la carencia de conocimientos y habilidades en la solución de conflictos, y la carencia de conocimientos y habilidades de negociación (Rivera Aragón & Díaz-Loving, 2002).

Los problemas más comunes, causante de conflicto en la pareja, aunque no son todos, se pueden enmarcar de la siguiente manera:

Conflictos de pareja a causa de la comunicación empobrecida: La comunicación dentro de la pareja es fundamental para el funcionamiento de esta, en cualquier etapa en la que se encuentre, ya que es el medio por el cual se expresan pensamientos, temores, sentimientos y se solucionan problemas (Armenta Hurtarte & Díaz-Loving, 2006). La comunicación incorpora dos elementos, la información en sí misma y la forma en que se comunica. Para Norton (1983) el estilo de comunicación en cada individuo es un reflejo de su personalidad, incluso se ha argumentado que los estilos de comunicación están fuertemente influenciados por factores genéticos los cuales los hacen resistentes al cambio (Cole & McCroskey, 2000). Norton (1983), considera que el estilo de la comunicación es la manera en que uno se comunica, y lo define como la forma en que verbal y no verbalmente se interactúa ante un código el cual debe ser interpretado o comprendido, son señales que ayudan en el proceso de la comunicación a interpretar, filtrar o entender el significado. Es decir, el estilo es aquello con lo cual se le da forma al significado literal de la información que se esté brindando (Nina Estrella, 1991), asimismo, diversos autores (p.e. Miller, Nunnally & Walkman, 1976; Norton 1978; Nina Estrella, 1991, Gudykunst et al. 1996; Sánchez Aragón & Díaz-Loving, 2003) han propuesto diferentes tipologías de estilos de comunicación en la pareja. Tradicionalmente, el estudio de los patrones de comunicación que usa una pareja ha sido relacionado con la satisfacción marital (Caughlin, 2002; Caughlin

y Huston, 2002), investigaciones al respecto, han demostrado una mejoría en las relaciones de pareja al utilizar estilos positivos de comunicación (Díaz-Loving & Rivera Aragón, 2010).

Conflictos de pareja causados por el desgaste en la convivencia: las relaciones de pareja como lo apuntamos anteriormente pasan por un proceso evolutivo que los lleva desde el inicio de la relación hasta la finalización de la misma, en el proceso, los diferentes cambios a los que la pareja se enfrenta pueden crear situaciones que desgasten el deseo y la satisfacción en la de convivencia Para Márquez Domínguez y Rivera Aragón (2010) cuando se habla de satisfacción en la relación de pareja, se hace referencia a percibir y sentirse bien con la forma en que reacciona cada miembro de la pareja dentro de la relación, implicando aspectos emocionales, la relación en sí mismo y aspectos estructurales tales como la manera de organización y la forma en cómo se cumplen los acuerdo en la relación (Cortés Martínez et al. 1994)

El hecho de no percibir como satisfactorias las situaciones que se viven dentro de la relación puede ir desgastando el placer de la convivencia con el otro, lo que puede generar un conflicto al punto de provocar la ruptura de la pareja.

Conflictos provocados por situaciones de infidelidad en la pareja: Lamentablemente, en el mundo en que vivimos es muy frecuente la infidelidad matrimonial. Vivimos en un entorno social de tanta falta de lealtad que pareciera que ser infiel se ha convertido en algo muy común y cotidiano. La infidelidad altera negativamente toda la dinámica de la familia y se tendrá que recorrer un largo camino para volver a reestructurarla Valores contradictorios entre sus miembros. Existen diversas formas en que la infidelidad se manifiesta y cada una de ellas es causante de conflicto en la pareja. La infidelidad se puede entender como la trasgresión de la confianza que una persona deposita en otra u otras

Conflictos de pareja causados por los celos: Los celos están implicados en muchas rupturas matrimoniales, como en los peores actos de violencia conyugal, pueden producir asesinatos y suicidios. (Harris y Dorby, 2010). Llama la atención que muchas personas piensen que sin celos no existe amor, existe una extraña tendencia en muchas persona a asociar los celos con manifestaciones amorosas. Los celos se presentan por el temor de que pueda presentarse una infidelidad. Los celos son un estado emocional que se despierta en la persona como respuesta a una amenaza y las manifestaciones de los celos se dan como mecanismo de supresión de dicha amenaza.



Según Pinto B (2012) Existen cinco teorías psicológicas que intentan explicar el origen de los celos:

El psicoanálisis los considera resultado de experiencias infantiles.

El enfoque sistémico plantea que son resultado de la dinámica relacional de la pareja.

La teoría comportamental los contempla como resultado del aprendizaje.

La psicología social propone a los celos como determinados por el entorno social.

Finalmente, la aproximación evolucionista de la sociobiología define a los celos como producto de la predisposición genética (Pines y Hertzelize, 1999).

Algunas de ellas se contradicen, otras coinciden. Sin embargo, la teoría del apego se ajusta como el fundamento de la confianza en las relaciones de pareja. Personas con apego seguro difícilmente desarrollan celos irracionales, mientras que las celosas poseen como estructura afectiva una fuente de apego inseguro (Sharpsteen y Kickpatrick, 1997).

Aunque existen muchas posiciones teóricas que intentan darle una explicación más o menos aceptable a la dinámica de los celos, lo cierto es que no existe una conceptualización que pueda definir dicha dinámica con un cien por ciento de seguridad.

La teoría más próxima a lo que podría comprenderse como “verdadera” respecto al problema de los celos, se da por medio de la teoría del apego, esta teoría propuesta por John Bowlby, indica que las personas tenemos una especie de condición instintiva, que nos sirve para ir desarrollando lazos afectivos con otras personas y esta condición puede activarse cuando elementos dolorosos como la separación o el abandono aparecen. Para Bowlby los niños muestran ciertos comportamientos que les brindan la posibilidad de asegurar el contacto con la madre, por lo que este tipo de apego se convierte en un mecanismo instintivo de supervivencia.

Es importante indicar que existen dos tipos de apego, el apego seguro y el inseguro, se puede entender el apego seguro como el sentimiento de seguridad provocado por la cercanía o disponibilidad de la persona de la cual se siente la necesidad de presencia, por ejemplo el apego que el niño desarrolla por su madre, este tipo de apego transmite felicidad y seguridad ya que se satisface esta necesidad.

El apego inseguro se produce cuando los lazos afectivos producen malestar en el sujeto, esta forma de apego puede crearse en el individuo porque quizás la forma de crianza que sus padres ejercieron no le proporcionó la satisfacción real de sus necesidades.

Cabe destacar lo que Bowlby aclara cuando expresa que el apego es muy importante a lo largo de la vida del individuo, pero que en la adultez se vive de forma diferente ya que la persona adulta tiene una mayor capacidad de abstracción y la seguridad psicológica de que contamos con alguien puede reemplazar la necesidad de tener cerca a esa persona como se tenía en la niñez.

Conflictos de pareja provocados por disfunción sexual. El Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales (D.S.M), indica la existencia de cuatro categorías de disfunciones que pueden ser causantes de conflicto en la pareja provocados por esta disfunción.

Disfunción sexual
Incapacidad de una
persona hombre o
mujer a responder o
a disfrutar de forma
correcta de su
sexualidad

El sexo se ha considerado por varios autores como una de las necesidades fisiológicas del ser humano, es por ello que la funcionalidad del sexo en la pareja crea lazos íntimos más fuertes. La disfuncionalidad en esta área de intimidad de la pareja llega a provocar un desgaste de la misma lo que podría llevar a la pareja a su rompimiento.

Dentro de las disfunciones que el DSM indican se encuentran las siguientes:

1. Trastornos del deseo sexual. Implican falta de interés por el sexo o aversión al contacto sexual.
2. Trastornos de la excitación sexual. La excitación sexual se caracteriza principalmente por la erección en el varón y la lubricación e hinchazón de los genitales externos en la mujer. En los varones, los trastornos de la excitación sexual implican dificultad para conseguir o mantener la erección lo suficiente para la relación sexual. En las mujeres, típicamente implican lubricación insuficiente.
3. Trastornos del orgasmo. Los varones o las mujeres pueden tener dificultades para alcanzar el orgasmo o pueden alcanzar el orgasmo más rápidamente de lo que desearían. Las mujeres suelen tener más dificultades para alcanzar el orgasmo. Los varones suelen tener más dificultades por alcanzar el orgasmo demasiado rápidamente (eyaculación prematura).
4. Trastornos de dolor sexual. Tanto los varones como las mujeres pueden sufrir dispareunia (relación sexual dolorosa). Las mujeres pueden sufrir vaginismo, o contracción involuntaria



de los músculos que rodean la bóveda vaginal, impidiendo la penetración por el pene o haciéndola dolorosa.

En muchos sujetos con disfunción es sexuales, el momento de inicio puede indicar etiologías e intervenciones diferentes. De por vida indica que el problema sexual está presente desde las primeras experiencias sexuales; adquirido se aplica a los trastornos sexuales que se desarrollan tras un período de actividad sexual relativamente normal. Generalizado se refiere a las dificultades sexuales que no se limitan a ciertos tipos de estimulación, situación o pareja, y situacional se refiere a las dificultades sexuales que sólo ocurren con ciertos tipos de estimulación, situación o pareja. (DSM V, p.423)

Aunque la respuesta sexual tiene requisitos biológicos de base, habitualmente se experimenta en un contexto intrapersonal, interpersonal y cultural. Así pues, la función sexual supone una compleja interacción entre factores biológicos, socioculturales y psicológicos. (DSM V, p.423)

La respuesta sexual si bien es cierto tiene su base fundamental en el funcionamiento biológico, no es menos cierto que esta actividad se da en un contexto interpersonal, donde entran a jugar diferentes factores como los culturales o como los factores aprendidos, que podrían ser causantes de la disfunción.

Conflictos de pareja debidos a la intromisión en la relación de la familia política

La pareja se concibe como una diada que decide unirse para formar una familia, en esta diada cada uno de los miembros trae consigo la transmisión cultural que sus familias de origen les han transmitido, lo que de pronto no hace fácil la adaptación de uno con el otro, situación que de pronto se convierte en elemento propiciador de conflicto en cualesquiera de las áreas de funcionamiento.

Cuando esto sucede es común la existencia de una parcialidad por parte de ambas familias extensas ya que al unirse estas dos personas, forzosamente también se unirán las familias de origen y dependiendo del conflicto que se presente en la pareja, la familia de origen tendería a desvalorizar a la otra persona.

Estas intromisiones desgastan considerablemente a la pareja porque al existir parcialidad de una familia con su miembro, la otra persona se siente disminuida e incluso anulada y esto es causal de un gran insatisfacción que se incrementa por la falta de reacción de la pareja.

Existen una multiplicidad de razones por las que las familias pueden interferir en el desarrollo de la pareja, lo más común es que no existan fronteras o límites claros en la pareja de hasta donde la familia de origen puede interferir.

Decir unirse e iniciar una vida de pareja implica que los componentes de esta puedan priorizar su familia propia sobre las familias de origen, cuando en este apartado eso no quede claro, se abre un espacio en el que ante ciertas situaciones de la pareja, los otros pueden tomar partido. Para evitar que esto suceda, la pareja debe crear un ambiente de confianza del uno en el otro y una forma de limitar la posibilidad de intromisión de la familia política.

Conclusiones

En este módulo hemos hecho un recorrido por la historia de la pareja humana, hemos estudiado los mecanismos que como individuos nos llevan a vivir la decisión de unirnos a otra persona para darle vida a nuestra propia pareja. Hemos comprendido que la relación de pareja, esta influenciada por una multiplicidad de factores que la van a enfrentar a una serie de dificultades que le van a dar la oportunidad de tener una evolución óptima.

Las relaciones de pareja funcionales son aquellas donde priman la comunicación, la aceptación y la validación por parte de ambos miembros, donde el disfrute de la sexualidad es un elemento importante y donde la afectividad esta presente en cada momento de interacción de la diada.

Referencias bibliográficas

American Psychiatric Association (1994) Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5 ed.) recuperado de:
<https://www.estudiandopsicologia.info/2019/04/descarga-el-dsm-5-manual-completo-pdf.html>.

Campuzano M. la pareja humana, semanario universidad recuperado de
<https://semanariouniversidad.com/suplementos/la-pareja-humana/>

Díaz Cruz, Rodrigo. (2014). La afectividad en antropología: Una estructura ausente. Nueva antropología, 27(81), 229-233. Recuperado en 11 de noviembre de 2020, de
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-06362014000200011&lng=es&tlng=es.

Flores Galaz, Mirta Margarita. (2011). Comunicación y conflicto: ¿Qué tanto impactan en la satisfacción marital?. Acta de investigación psicológica, 1(2), 216-232. Recuperado en 13 de noviembre de 2020, de
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-48322011000200003&lng=es&tlng=es.

Josep María Moreno (2018), la crisis de la pareja contemporánea recuperado de:
https://www.academia.edu/38433607/La_crisis_de_la_pareja_contemporanea_pdf

Ministerio de Salud Pública de Costa Rica (1999). Declaración de los Derechos Sexuales. Recuperado de:
https://www.ministeriodesalud.go.cr/gestores_en_salud/derechos%20humanos/sexualidad/decladerecsexu.pdf

Mercedes Chávez Ayala (2015), Formación de la pareja recuperado de:
<https://psicopediahoy.com/formacion-de-la-pareja/>

Navarro-García, Angélica María, & Arroyo-Ortega, Adriana. (2017). Dimensión afectiva de la sexualidad: posibilidades para la construcción del tejido social con los otros.

Aletheia. Revista de Desarrollo Humano, Educativo y Social Contemporáneo, 9(2), 270-285. Retrieved November 11, 2020, from

http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-03662017000200270&lng=en&tlng=es.

O. Leah Historia de la pareja en la edad media placer - amor (2000) siglo XXI de España editores, s.a. Príncipe de Vergara, 78.28006 Madrid recuperado de <https://es.scribd.com/doc/217760518/LEAH-OTIS-COUR-Historia-de-La-Pareja-en-La-Edad-Media-Placer-y-Amor>

Santonja. P, la situación de las mujeres y el matrimonio en la edad media y en los siglos xvi y xvii recuperado de:

http://www.fuesp.com/pdfs_revistas/cilh/40/cilh40art3.pdf

Tapia Villanueva, Luis; Poulsen, Gianella; Armijo, Iván; Pereira, Ximena; Sotomayor, Patricia Resolución de Entrampes en Parejas en Conflicto: Aproximaciones desde las parejas y los terapeutas Revista Argentina de Clínica Psicológica, vol. XVIII, núm. 2, agosto, 2009, pp. 101-114 Fundación Aiglé Buenos Aires, Argentina recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/2819/281921792001.pdf>



www.usanmarcos.ac.cr

San José, Costa Rica