

Entendiéndonos entre los sexos

Sexualidad y sexos sigue evocando en el imaginario colectivo los genitales, los coitos, los cuerpos y sus posturas. Se produce así una simplificación de la complejidad que supone la intimidad, y las maneras de entenderse entre los sexos.



Las relaciones entre los sexos implican a las personas con sus biografías, sus recorridos, sus formas de entender la vida, las maneras de expresarse, las formas de vincularse, también sus huecos, ausencias, sus necesidades profundas de amor, de reconocimiento, sus anhelos de llegar a ser entendidos y aceptados por lo que son o sienten que son.

Y también implican al propio ser sexuado que quiere entenderse y despejar así las incógnitas sobre su propios ser, sus claves de relación con los demás. Y más allá de la complejidad de la relación con el otro sexo, entendido como ser humano, está la relación con si mismo y entenderse para establecer la relación con el otro.

Cada ser en su mundo queriendo conocerse, encontrarse, sentirse entendido incluso en los lugares donde ni así mismo alcanza a entenderse.

Y desde este lugar de entendimiento parcial, incompleto, nos las apañamos para hacernos entender sobre nuestros deseos, anhelos, carencias y necesidades.

La relación de pareja recoge por una parte las necesidades de vinculación, de aceptación, de sentirse amada o amado y entendido por la otra persona que se sitúa próxima, conocida y extraña a la vez.

La concepción de lo que es una pareja, de la representación que para cada cual tiene, la función que desempeña esta relación que es personal, con los juegos que se establecen y los

significados que se le atribuyen, expresados o inconscientes, serán a su vez otro eje del entendimiento siempre incompleto por ser entre seres siempre diferentes.

Y por otro lado la concepción sobre el amor, que sustenta la relación de pareja en el ideal de que hará posible el entendimiento, cubrir las faltas de ambos y conseguir los seres completos a los que se aspira como fin de una relación ideal, que no real.

Existen diferentes teorías sobre el amor. Stenberg, en su propuesta teórica del amor de pareja, plantea como elementos imprescindibles la intimidad, el deseo o pasión y el compromiso. Cualquiera de los tres implica una relación interpersonal.

La intimidad aporta la sensación de sentirse apoyada y apoyar, compartir como elemento nuclear dentro de la relación que suponen el acercamiento, el vínculo y la conexión.

El deseo como la sensación de disfrutar con la o el otro, de estar con la persona amada. Pasión, anhelo, calor, entusiasmo y diversión serían sentimientos asociados.

El compromiso como grado en el que una persona está dispuesta a acoplarse a alguien y hacerse cargo de esa relación hasta el final como componentes que dan estabilidad a la relación. El acuerdo, alianzas, honestidad, seguridad y lealtad irían asociados a esta idea de compromiso.

El compromiso mantiene a la pareja, le da estabilidad, la intimidad consigue que la relación sea atractiva y el deseo fortalece y refuerza el compromiso y la intimidad.



REFERENCIA CURRICULAR

Mercedes García Ruiz es Sexóloga. Doctora en Psicología. Educadora Social. Especialidad en Psicología Clínica. Máster -Experto en Drogodependencias y SIDA-. Formación en Arteterapia. Experta en Cooperación. Autora de programas de educación sexual con diversos colectivos: jóvenes, menores en protección, personas con discapacidad intelectual y diferentes asociaciones y ONGs. También ha colaborado en el diseño e implantación de programas de educación sexual en Nicaragua y en los campamentos de refugiados saharauis. Docente e investigadora sobre aspectos relacionados con la sexualidad, la educación sexual y la prevención del VIH. Autora de diversas publicaciones sobre esta temática.

Secciones: **Con placer**, **Sexualidad**