

Image not found or type unknown



www.juventudrebelde.cu

Image not found or type unknown



**La psicóloga argentina Olga Tallone emplea el abordaje tántrico en la terapia de pareja. Autor: Cortesía de la entrevistada
Publicado: 21/09/2017 | 05:47 pm**

Refundar el vínculo desde el presente

La terapia sexual y matrimonial pueden enfrentarse paralelamente y los avances en un área deben retroalimentar a la otra, pero tienen objetivos y abordajes diferentes. Ambas requieren de una verdadera disposición y un mínimo razonable de compatibilidad y gusto

Publicado: Viernes 11 abril 2014 | 08:18:36 PM

Publicado por: Mileyda Menéndez Dávila

*El amor sano siempre
es una suma de dos,
en la cual nadie pierde.*

Walter Riso.

En muchas series televisivas se habla de terapia sexual y matrimonial, y varias personas nos han escrito preguntando cuál es la diferencia, tema sobre el que dialogamos con la psicóloga argentina Olga Tallone durante su reciente visita a Cuba. Según nos explicó, ambas terapias pueden enfrentarse paralelamente y los avances en un área deben retroalimentar a la otra, pero tienen objetivos y abordajes diferentes.

La terapia conyugal se enfoca en la discordia dentro de las relaciones, esa carencia de armonía que se manifiesta en discusiones constantes, incomunicación, infidelidad, necesidades emocionales y sexuales insatisfechas, desacuerdos financieros, conflictos familiares o dominancia de uno de los cónyuges. Resolver tales dilemas puede demorar desde algunas semanas hasta años, y una parte de las parejas que demandan este servicio llega a comprender que ambos van a estar mejor si disuelven el vínculo.

Por otro lado, la terapia sexual es útil para parejas que no se comunican sexualmente, las que practican un coito muy rápido y poco frecuente, si van a la cama por compromiso o descarga fisiológica o si mantienen conductas evitativas para no complacer al cónyuge. También ayuda a matrimonios que comparten solo cariño y a aquellos que dicen lograr un buen sexo, pero no sienten amor.

La insatisfacción sexual es la cuarta queja más frecuente en parejas disfuncionales, afirmó Olga Tallone, y clasificó en tres grupos a quienes pueden beneficiarse con una terapia sexual: en el primero la disfunción sexual es lo que provoca discordia secundaria dentro de la relación, y en el segundo la discordia conyugal bloquea la función sexual, pero los deseos de mejorar la sexualidad sobrepasan los aspectos negativos de la relación. El tercer grupo es el de parejas con trastornos conyugales graves, cuya hostilidad impide cooperar en el tratamiento de la disfunción sexual. Es el más difícil, pero se puede ganar un poco de armonía sexual mientras se trabaja en las otras diferencias.

¡Te lo dejo de tarea!

Se conocen varios enfoques terapéuticos, pero en todos se asigna a la pareja ciertas tareas sexuales para ayudarla en el aprendizaje y descondicionamiento de su modo de actuar, abrir la comunicación, provocar reacciones y desarrollar el sentimiento de «trabajo en equipo».

Es importante que estas tareas no sean saboteadas en aras de la realización sana del potencial sexual de cada cónyuge, precisó la especialista. Así que ambos deben cooperar, dejar sus luchas durante varias semanas, aceptarse mutuamente en el plano sexual y manifestar un deseo auténtico de ayudar, aunque eso implique demorar su propia gratificación y no plantear exigencias sexuales.

Si no hay una verdadera disposición y, sobre todo, si hay hostilidad —abierta o encubierta— se obstaculiza la terapia sexual, la cual exige un mínimo razonable de compatibilidad y gusto, insistió Olga en la peña de Sexo Sentido correspondiente a marzo.

Sin embargo, ese requisito no es definitorio en la terapia conyugal, en la cual se les insta a explorar sus sentimientos hostiles, sus rejuegos negativos u otros actos destructivos, como transferencias recíprocas de malestar y conductas regresivas.

En su clínica de Buenos Aires, Olga Tallone ha logrado resultados muy halagüeños empleando sexoterapia desde un abordaje tántrico, desarrollado en cursos breves que dan tratamiento a síntomas específicos.

Esto le permite ver a la pareja como un universo complejo y aprovechar la disposición del cónyuge no sintomático que se siente capaz de ayudar al otro a superar el problema. «Y a menudo es así, solo que los terapeutas vemos solamente aquellas parejas que no han sido capaces de ayudarse a sí mismas», concluye Olga en su sitio www.tantra.club.arg.com.

El Tantra es un modo de pensar milenario originario del sur de la India. Su planteo básico es reconocer el

erotismo como camino a la realización personal, en el que se cultiva tanto el goce espiritual como el del cuerpo, renunciando al sufrimiento y a las miserias humanas.

No se trata solo de aprender nuevas técnicas para despertar los sentidos, sino de favorecer la intimidad emocional, y a la vez de crear espacios personales y autónomos en un nuevo pacto fundacional del vínculo, dijo la experta.

El pacto inicial estaba bien para las personas que eran en aquel momento. Ahora son otras, enfrentadas a un presente disfuncional, y la terapia debe ayudarles a pensarse desde sí mismas, no como fueron pensadas antes o son pensadas aún por el otro miembro de la pareja.

Cuando se educa la vida interior y se eliminan ciertas ataduras psicológicas, se puede aprender a lidiar con la incertidumbre propia de las relaciones afectivas, y por ende a replantearse un nuevo presente para la relación, en el que la sexualidad adquiera el relieve que corresponde.

Encuentros

La peña de Sexo Sentido gana madurez; la gente habla de sus experiencias, aprende y comparte vivencias e inquietudes con naturalidad. Fue lindo ver dos parejas nacidas en el foro hace más de un año: Lekiam y Lliliam, como Yaremis y Mr. Lle, quienes construyen un afecto que aún no pierde el rubor de los primeros besos.

El concurso vence en dos semanas. ¿Ya escribiste? Camino al Coppelia la forista Tutti Frutti dijo saber bien sus límites a la hora de demostrar su amor, pero no puede imaginar lo que sí haría hoy por su Turrón.

Recuerden la propuesta del amigo Frank Padrón: el martes 22 de abril, a las 4:00 p.m., en el Centro Dulce María Loynaz (19 y E, el Vedado) se presentará nuevamente su libro de cuentos eróticos **El secreto demonio de los ángeles**. Leeremos algunos a dos voces para el público que asista.

Se suman al club esta semana marisela.monteagut@inf.fie.uo.edu.cu; frank1987@nauta.cu; alejandrovp@xetid.cu y humbercollerena@yahoo.com.

<http://www.juventudrebelde.cu/suplementos/sexo-sentido/2014-04-11/refundar-el-vinculo-desde-el-presente>