

## UN MUNDO RELACIONAL EN CRISIS

**Ricardo Fandiño Pascual – Psicoterapeuta y Sexólogo**

*rifanpa@institutowilhelmreich.com*

**Pablo Villarino Torrado – Psicoterapeuta y Sexólogo**

*ellauc@hotmail.com*

### 1. Crisis Global: Crisis Relacional

Un lugar común de nuestro tiempo es asumir que este es un tiempo de crisis, un tiempo de cambios, cuya profundidad y consecuencias todavía desconocemos. Desde una perspectiva más limitada se habla de crisis financiera y/o económica. A ellas se añaden la crisis política, medioambiental, alimentaria, social etc. Algunos, como nuestro admirado maestro Jerónimo Bellido, hablan de Crisis de Civilización y Cambio de Paradigma.

Nuestra aportación a esta mesa será la de intentar pensar que hay también en este tiempo de “Crisis de las Relaciones”, de los Afectos, de la Sexualidad. La idea central alrededor de la que girará esta exposición es que el mundo relacional está en crisis como consecuencia de un predominante estilo de vida, fundamentalmente orientado a la evitación del sufrimiento y al alimento del propio narcisismo. Intentaremos realizar una breve aproximación a nuevas manifestaciones en la gestión de la sexualidad y los afectos. Y por último daremos alguna idea sobre que implicaciones puede tener este momento de cambio en nuestra práctica profesional como sexólogos.

### 2- Del Eros velado al Eros desublimado

En los años 50 Herbert Marcuse, inspirado en los postulados sobre la sexualidad que Freud planteó y Reich desarrolló, acuñó el término de desublimación represiva. Con él intentaba explicar que en sistemas sociales de consumo la libertad sexual es aparentemente grande, y todo lo que tenga que ver con el sexo tiene valor comercial. Se trataba, según Marcuse, de la liberación de la sexualidad en modos y formas que debilitan la energía erótica, dispersada sobre los negocios, la política, la publicidad, etc.

Más de medio siglo después observamos que la sexualidad ha saltado masivamente al espacio público. A partir de la segunda mitad del S.XX el mundo del sexo ha abandonado con intensidad las alcobas, las estancias de la privacidad, para llegar a las calles, a las pantallas, y a las aulas (nótese que esto último ha sucedido, como todos ustedes saben, en menor medida)

Donde antes predominaban prohibiciones y tabúes, ahora encontramos la

puesta en escena del deseo, del erotismo, de una exuberante variedad de prácticas sexuales con sus estéticas correspondientes.

Ha habido importantes avances en este tiempo, ya que se muestra la sexualidad y se habla de ella, existe una importante producción científica sobre el tema, sociedades sexológicas (como la nuestra), estudios de postgrado en sexología, gabinetes de orientación, etc. De esta manera aspectos como la sexualidad en las mujeres, la sexualidad a lo largo del ciclo vital, la homosexualidad, la educación sexual, etc pasan a tomar un mayor protagonismo en el espacio social.

Los riesgos de estos cambios han llegado a través de un acercamiento a la sexualidad que a menudo la banaliza, la simplifica, y de nuevo puede estereotiparla a través de modelos que resultan frecuentemente inalcanzables, o producen confusión. En la postmodernidad lo que las cosas parecen es por lo menos tan importante como lo que las cosas son. Aparece así el simulacro y la representación social de la sexualidad. La sexualidad que aparece en el espacio público se convierte en modelo, en referente social, con su función informativa y educativa, que puede derivar en desinformativa y deseducativa.

A medida que “el mercado” ha ido imponiendo sus normas a nuestras formas de vida, la sexualidad ha llegado también a adquirir la dimensión de producto, algo a comprar, vender y consumir. La sexualidad llega a ser por lo tanto objeto de publicidad, de moda, de producción.

Eloy Fernández Porta, premio de Ensayo Anagrama 2010, titulaba su trabajo “€@0\$: La superproducción de los afectos” haciendo referencia precisamente a esta mercantilización de la sexualidad.

Y a pesar de todos estos cambios, y también por todo ello ¿no subsiste todavía un desfase entre el pensamiento y la sensibilidad en materia de moral sexual por una parte, y la vida sexual de una gran parte de la población por otra? Recordemos que tanto la ley que reconoce el derecho al matrimonio de las parejas del mismo sexo, de julio de 2005, como la Ley Orgánica de marzo de 2010, sobre salud sexual y reproductiva y de la interrupción voluntaria del embarazo, están todavía pendientes de resolución de sendos recursos ante el Tribunal Constitucional y han tenido una importante contestación por parte de grupos sociales, políticos, religiosos y mediáticos.

### **3 – La Deconstrucción de los Roles de Género**

El cuestionamiento de la sociedad patriarcal en la que lo masculino domina y ejerce su poder sobre lo femenino ha ocupado buena parte de las luchas sociales durante las últimas décadas. Se puede afirmar que el feminismo ha escrito algunas

de las páginas más brillantes de los movimientos sociales en el S.XX. Fruto de estas luchas son importantes conquistas en materia de igualdad. También han sido muy importantes las luchas y conquistas de derechos de los colectivos de gays y lesbianas. Pero una observación atenta nos permite ver que en este ámbito nos encontramos también en una nueva encrucijada. La incorporación de las mujeres al espacio público se ha hecho frecuentemente pagando el precio de asumir valores y actitudes fálicas, lo cual podría dar como resultado, no una feminización de este espacio, sino una masculinización de lo femenino. La sensibilidad, la calidez, la capacidad de acoger, pueden quedar relegadas a un segundo plano una vez más.

Los cambios que se vienen dando en los roles de género nos pueden liberar de los estereotipos paralizantes de un orden social y moral patriarcal que nos enferma. En paralelo la indefinición de los nuevos referentes nos dificulta el acceso a un apoyo cultural básico para la constitución de la identidad sexual y personal.

En los medios de comunicación comienzan a aparecer frecuentes noticias acerca de las llamadas crisis de la feminidad y la masculinidad. ¿Cómo hacer frente a las nuevas exigencias que como mujeres y hombres se nos plantean en lo público, en lo privado y en lo íntimo?.

La construcción de los nuevos referentes está todavía madurándose, mientras intentamos tomar distancia de la vieja moral represiva y patriarcal. En este sentido preocupa ver como los últimos datos del Gobierno de España afirman que “un 3,2 por ciento de chicos admiten maltratar a su pareja y un 5 por ciento el de muchachas que reconoce ser maltratadas”. ¿Podrían estos datos ser la punta del iceberg de un retorno al desarrollo roles de género de fuerte componente machista en la adolescencia?. Los que trabajamos con adolescentes os podemos confirmar que en este sentido la deriva es preocupante.

En la clínica, observamos como son cada vez más frecuentes las dificultades en el proceso de construcción de una subjetividad consistente. ¿Quién soy como mujer? ¿Quién soy como hombre?. Y desde este lugar de duda e indefinición, aparecen también las dificultades para apostar por las relaciones, ya que la ausencia de una identidad suficientemente consistente dificulta enormemente el compromiso.

En esas dificultades para construir la propia identidad cobra inusitado protagonismo la adolescencia; otrora edad de paso entre la infancia y la vida adulta, que se convierte ahora en una extensa etapa de la vida. Un gran número de personas que por edad habrían entrado ya en la adultez tienen una importante tendencia a vestirse como adolescentes, hablar como adolescentes, jugar como adolescentes, intentar tener un cuerpo de adolescente y posiblemente relacionarse como adolescentes y tener un acercamiento a la sexualidad propio de la adolescencia.

La fascinación adolescente por el descubrimiento de la sexualidad y la genitalidad, se diluye con frecuencia con la dispersión del erotismo a través de modelos publicitarios de una sexualidad banalizada. La reacción podría ser una mayor tendencia a relaciones tempranas, centradas en la apariencia, en el coito y en contextos de riesgo, buscando una gran intensidad sensorial para poder sentir algo de lo que se está produciendo en el encuentro.

La insatisfacción sexual se disimula con placeres sustitutos: consumo, drogas, voyeurismo morboso, acumulación de objetos, la atención fijada en la apariencia. En ocasiones esta forma de acercarse a la sexualidad se extiende en el tiempo más allá de los veinte años, con frecuencia más allá de los treinta y en ocasiones bien entrados los cuarenta.

Para el adolescente y el adulto-adolescente, las relaciones en lo afectivo y en lo sexual llegan a producir una gran insatisfacción en el tiempo. El estancamiento produce demasiado sufrimiento y más ahora que los referentes relacionales son mucho más difusos. La posibilidad de acercarse a las relaciones afectivas y sexuales como proceso creativo y evolutivo, es algo que solo podrá desarrollarse desde la subjetividad sólida que reivindicamos, y que en ocasiones resulta tan difícil de constituir.

#### **4- La Sexualidad Narcisista**

Desde un punto de vista reichiano la sexualidad humana es punto de encuentro de la salud psíquica, corporal y social. Esta consideración no es aplicable a cualquier forma de sexualidad, sino a aquella que está integrada dentro de una personalidad adulta. Esta afirmación implica que solo desde la constitución de una identidad suficientemente sólida y desarrollada, se puede acceder a la madurez sexual.

Actualmente observamos varios procesos, como la omnipresencia del mundo digital, la globalización, la fascinación por la tecnología que permite ir más allá de los límites, etc. que atravesando la esfera cultural y social llegan a impregnar la experiencia individual del cuerpo y de la sexualidad, favoreciendo una sexualidad fundamentalmente narcisista; Nos centraremos solamente en dos: el primero tiene que ver con la obsolescencia del cuerpo y el segundo con la cada vez mayor cantidad de relaciones en ausencia del cuerpo.

- La obsolescencia del cuerpo:

El cuerpo parece haber adquirido en los últimos tiempos una cualidad que proviene de la economía de mercado: la obsolescencia. Este término tiene que ver con el concepto de obsoleto, definido como anticuado, inadecuado a las

circunstancias actuales. Anteriormente nuestro referente para construir nuestra identidad como humanos era el animal. Ahora nuestro referente de contraste es la máquina informática. Una preocupación central es la de mantener el cuerpo siempre actualizado, con las últimas aplicaciones en perfecto funcionamiento. Así, no solamente existe una preocupación por la presencia de un cuerpo perfecto sino que ese cuerpo debe mantenerse joven, negando la realidad del paso del tiempo, y a la última moda en cuanto a tamaños formas y adornos. Se prioriza tener un físico atractivo y “a la moda” sobre cualquier otro tipo de cualidad.

Por otra parte, observamos manifestaciones de la sexualidad establecidas fundamentalmente a partir de criterios de encuentro entre cuerpos físicos, desligados de otra consideración, cualidad, o afecto. Nos encontramos con que una parte importante de la inversión narcisista del sujeto se sitúa sobre la imagen del cuerpo, elemento culturalmente privilegiado en los encuentros sexuales en la actualidad.

Se trata, por tanto de un encuentro que constituye una representación dirigida por una parte, a uno mismo y, por otra, a presentar una imagen de sí ante los demás.

La representación dirigida a uno mismo pone al sujeto en un rol del espectador, en el que el deseo y la motivación están puestos en los elementos estéticos y no en los emocionales y sensoriales. Se instala así una ansiedad de ejecución que tiene que ver con el éxito de la pose. Se ensayan posturas, se planea de manera fantaseada la secuencia de lo que será la relación.

En cuanto a presentar una imagen de sí ante los demás, entra en juego el otro como elemento definitorio de la identidad personal. Se ejecuta un calculado acto exhibicionista que lo sitúa en el lugar que le gustaría estar en la mirada del otro.

La apariencia de belleza y fortaleza, representada ante sí y ante los demás es el elemento determinante de esta forma de acercarse a la sexualidad.

-Las relaciones en ausencia de cuerpo:

El segundo fenómeno es la cada vez mayor ocurrencia de relaciones en ausencia del cuerpo. Hacemos referencia a las redes sociales virtuales. En ellas se pueden dar interacciones con personas reales en un espacio que se abre fácilmente a la idealización de uno mismo y de los otros y a la posibilidad del fingimiento.

Cuando la relación máscara a máscara aumenta, se debilita la relación cara a cara. La relación virtual favorece este proceso de desencarnamiento. El prójimo es siempre necesario para poder ser alguien, pero la proporción que de su presencia se

necesita para crear nuestro perfil (identidad virtual) puede en buena parte sustituirse por nuestra habilidad para fingir en las pantallas.

Los afectos digitales son afectos fácilmente ligados a una proyección narcisista en la que tratamos con una multiplicidad de individuos para degustarlos en aquellos aspectos fragmentarios que nos complacen, reservándonos la posibilidad de eliminar aquellos que no lo hacen. Así el sujeto preserva siempre su narcisismo evitando la frustración y el sufrimiento que forman parte de la condición de la relación real. En este sentido, retomamos las palabras de Wilhelm Reich que ya en 1.942 señaló que “La capacidad de dar amor y lograr la felicidad es comparable con la capacidad de tolerar lo desagradable y el dolor, sin caer, desilusionado, en un estado de rigidez”.

Un ejemplo de la deriva virtual de las relaciones nos lo proporciona la campaña publicitaria recientemente puesta en marcha por una marca de preservativos. Una frase que se repite a modo de slogan es “Sexo virtual, placer real”. La campaña se basa en una página web: digital love, en la que después de una introducción donde se describe el funcionamiento de la nueva y revolucionaria forma de tener encuentros sexuales sin riesgo a través del ordenador, comienza la experiencia. En una página que simula toda una serie de procesos informáticos y permite elegir si se utiliza la cámara web o no, se selecciona el sexo de la pareja y el tipo racial que se desea y el programa “encuentra” una pareja disponible. A continuación se colocan los dedos de la mano sobre la pantalla y a través de unos indicadores vemos cómo comienza a aumentar el pulso y el placer... hasta que la experiencia se interrumpe cuando nuestra pareja nos pregunta si realmente creíamos que podíamos tener placer a través del ordenador tocando la pantalla y nos emplaza a tener relaciones reales y seguras, por supuesto, utilizando su producto. Se trata, como vemos, de la búsqueda de un encuentro entre los cuerpos sin la presencia de los cuerpos.

Otro aspecto del impacto de la tecnología sobre las relaciones nos lo proporciona una encuesta publicada en agosto de este año por la revista Cosmopolitan y a la que respondieron más de 2.000 lectoras. Según esta encuesta, un 20% de las lectoras de esta revista, (representantes de un modelo de mujer urbana y “a la moda”), preferirían dejar de tener relaciones sexuales antes que dejar Facebook durante una semana, casi la mitad abandonarían el móvil y el 70% dejaría de enviar mensajes de texto; el 43% apagaría el ordenador para estar ocupada con su chico y el 80% abandonarían su programa favorito de TV durante una semana siempre que fuera para mantener relaciones sexuales. Estos resultados pueden ser mejor comprendidos si tenemos en cuenta que según diversos estudios el trastorno de deseo sexual hipoactivo es la dificultad sexual de mayor prevalencia en las mujeres.

Hemos tomado el cuerpo obsoleto y las relaciones desencarnadas como manifestaciones sintomáticas modos relacionales en los que buena parte del trabajo emocional está puesto en función de preservar el propio narcisismo.

Respecto a la obsolescencia: el paso del tiempo inevitablemente nos cuestiona como sujetos. Si la identidad está en una gran parte ligada a una imagen estereotipada de características muy juveniles, cumplir años, y el natural efecto de los mismos sobre el cuerpo, puede abrir una herida narcisista.

En cuanto a la mayor predominancia de las relaciones virtuales, decir que la relación real siempre tiene una parte frustrante desde el punto de vista narcisista, ya que nos obliga a descubrir, y en su caso asumir, que ni nosotros ni nuestro partenaire respondemos a un ideal estereotipado.

Estos son fenómenos de la hipermodernidad, más propios de contextos urbanos donde la soledad y el empobrecimiento sexual se alimentan mutuamente. Esta dificultad del encuentro vacía la relación de contenido real, dejando al otro solamente como una idea, una representación sin materialidad que remite al propio vacío interno. Las defensas narcisistas se alimentan en una huida desesperada de la depresión.

En estas condiciones, los encuentros sexuales, cuando se dan, pueden tender a un desarrollo frío, mecánico, gimnástico, donde el deseo se sitúa en el fantasma del poder fálico, resultando en grandes impedimentos para la satisfacción sexual.

También en 1942 Reich decía que “El placer y la alegría de vivir son inconcebibles sin experiencias dolorosas y sin una lucha nada placentera contra uno mismo”, mostrándonos como el camino de acceso al placer sexual, no es el mismo camino que el de la evitación del sufrimiento o el dolor.

## **5 – Implicaciones Clínicas de la Sexualidad Narcisista en nuestro trabajo como Sexólogos**

En este contexto, si bien la oferta sexológica ha crecido, solicitar la ayuda de un sexólogo, individualmente o en pareja, puede seguir suponiendo para el demandante asumir una dolorosa herida narcisista. Esto es consecuencia de que en el terreno del sexo sigue siendo importante mantener siempre en pie la apariencia de éxito y fortaleza, particularmente entre los hombres.

Si como sostenemos, la sexualidad es parte fundamental de la constitución de la identidad del sujeto, la demanda sexológica puede partir de una cuestión más o

menos concreta, para tener implicaciones globales en como la persona se siente respecto a si misma y a su relación con el mundo.

Entre las dificultades sexuales que son objeto de mayores demandas están el deseo sexual hipoactivo y el vaginismo en las mujeres, y la eyaculación precoz, y los problemas de erección en los hombres. Son dificultades que tienen que ver con problemas para estar en el placer, gestionar las propias sensaciones corporales, y en general de la capacidad de integración cuerpo-mente.

La sexualidad implica al cuerpo y a la mente, y la capacidad para acceder al orgasmo es una cuestión que tiene que ver con la capacidad física y mental de abandonarse a la secuencia de “tensión-carga-descarga-relajación”.

Las defensas narcisistas resultarían enemigas del orgasmo, ya que desvían la búsqueda del placer en el encuentro con el otro hacia ejercicios de poder y control. Desde el narcisismo la sexualidad queda convertida en un medio para garantizar, ante uno mismo y ante los demás, la prevalencia y fortaleza de la propia imagen. La presencia de un otro es meramente instrumental. El abandono no puede darse sin que las defensas narcisistas se diluyan. Solo así se puede acceder plenamente a la capacidad de sentir, de emocionarse.

Llegados a este punto nos preguntamos cuál podría ser nuestra aportación como sexólogos en el trabajo con estos caracteres narcisistas, con dificultades sexuales.

Frente a la sexualidad narcisista proponemos y defendemos una sexualidad encarnada, corporal, vitalista y madura entendida como una parte integrada en el conjunto de la personalidad y arraigada en una idea de placer sensorial y relacional. Por este motivo, reivindicamos la construcción de una subjetividad sólida y consistente a través de la palabra, del cuerpo y de la relación, como un trabajo propio de la sexología clínica.

Para hacer frente a las defensas narcisistas es necesario tomar conciencia del propio sentir: sensaciones corporales, impulsos, emociones, lo que produce placer y dolor, lo que da vida o enferma. Integrar el cuerpo, la animalidad con el modo en que se desea estar en el mundo de lo humano, como y con quién se desea estar en relación.

Frente al narcisismo paralizante es necesario recuperar el “animal humano” que proponía Reich, para integrar el sentir y el pensar. Someterse a los límites necesarios para relacionarse como seres humanos da una identidad, permite saber quién se es, pero no al precio de renunciar a la animalidad, sino de integrarla, poder sentirla y pensarla. Humanos que desean y se permiten el placer sexual, el placer de vivir en relación asumiendo la parte de frustración que conlleva la vida y la limitación

de la propia humanidad.

Se trata de un proceso de maduración para aproximarse al mundo relacional desde la autonomía del adulto y no desde la omnipotencia infantil. Reconocer y aceptar al otro como individuo libre y autónomo supone indagar primero en uno mismo, elaborar el miedo a la soledad, al abandono y al sufrimiento para situarse frente al otro desde una posición más auténtica, más ajustada a lo que verdaderamente se es, ya que solamente desde ahí se puede saber qué se pide y qué se ofrece, qué se pone y qué se recibe en la relación.

Este proceso de maduración se estructura en tres aspectos:

1- La idea de proceso frente a la idea cambio, recuperar el sentido frente al resultado, lo cualitativo frente a lo exclusivamente cuantitativo. De esta forma, nos alejamos del modelo de hombre-máquina, de la perfección que tantas ansiedades y sufrimientos produce, al ser un imposible.

2- El cuerpo como lugar de la emoción y de la sensorialidad. Supone la recuperación del cuerpo como herencia filogenética en la que se expresa lo característico del ser humano, la capacidad de emoción. Supone también tomar el cuerpo como objeto y sujeto del trabajo en sexología clínica.

3- Proponer un trabajo que tenga en cuenta lo individual y lo grupal, como forma de poner en juego no solo los aspectos subjetivos, sino también, y de forma protagonista, los relacionales. De esta forma señalamos la presencia del otro como esencial en el desarrollo de la propia identidad y sexualidad.

Desde estas premisas reivindicamos la Vegetoterapia Caracteroanalítica Reichiana como un modelo de abordaje, desde la sexología clínica, bien indicado en el trabajo con personas que adolecen de las problemáticas de la sexualidad narcisista que hemos descrito. Se trata de un trabajo en el que se tiene en cuenta lo psíquico, y lo corporal, lo sexual, desde la intervención individual y grupal, teniendo como objetivo el proceso evolutivo, en lugar del cambio puntual, o en todo caso el cambio como consecuencia de un proceso de crecimiento

## **BIBLIOGRAFIA**

- Amis, M. "La viuda embarazada" Edit. Anagrama
- Bellido, J. "La sexualidad humana en la modernidad y su representación social" Edit. Revancia
- Bellido, J. "El sentido del vacío en la psicoterapia reichiana" Edit. Revancia
- Fernández Porta, E. "€0\$: La superproducción de los afectos" Edit. Anagrama
  
- García D. y otros "Sexualidad en la hipermodernidad: Vigencia de la obra sexológica de Wilhelm Reich" Edit. Revancia
- Lipovetsky, G. "Los tiempos hipermodernos" Edit. Anagrama
- Lowen, A. "Miedo a la vida" Edit. Papel de liar
- López, F., y otros. "Diferencias sexuales en la sexualidad adolescente: afectos y conductas", *Anales de psicología* 27 Octubre 2011
- Marcuse, H. "Eros y Civilización" Edit Ariel
- Reich, W. "La revolución sexual" Edit. Ruedo Ibérico
- Reich, W. "La función del orgasmo" Edit. Paidós
- Subirats, E. "Sex-Pol: La revolución sexual" Barral Editores
- Talese, G. "La mujer del prójimo" Edit. Debate
- Verdú, V. "La Ausencia" Edit. La esfera de los libros