AMOR

SEXUALIDADE

MATRIMÓNIO

SACRAMENTO

Manuel de Freitas Gomes © 2011

Sexualidade

- **Educar a Genitalidade**
- **Viver a intimidade**
- **Perceber a diferença e consequentemente**

estabelecer

regras
critérios
valores
atitudes

O Homem e a Mulher são pessoas diferentes

A Sexualidade engloba diferentes e complexos aspectos da vida humana e constitui uma dimensão importante na vida de cada ser humano.

A Sexualidade é uma realidade que está presente, embora de formas diferentes, ao longo de toda a nossa vida - ou seja, desde a fecundação até à morte.

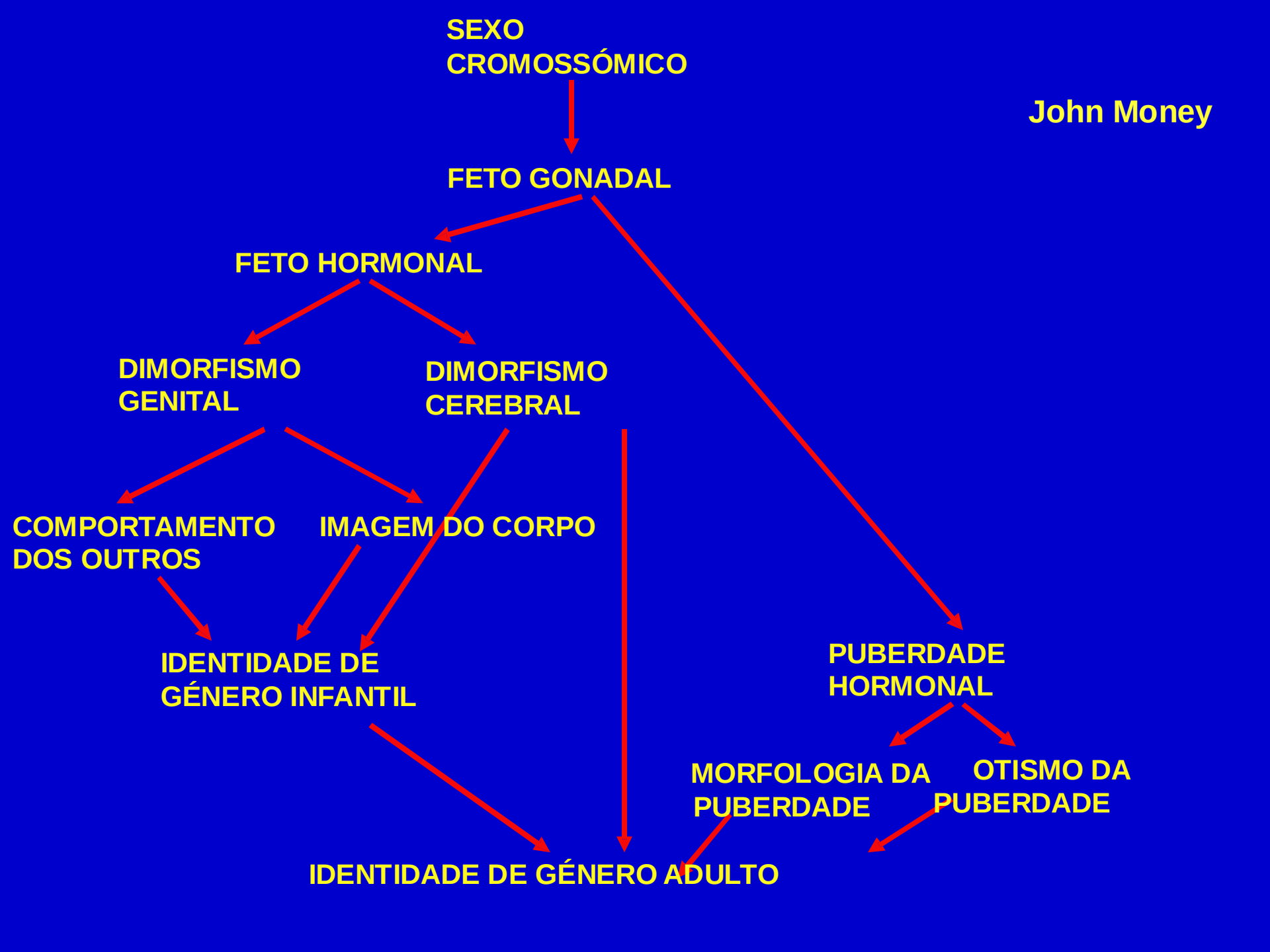
O que é a Sexualidade ?

A sexualidade é uma energia que nos motiva para encontrar:

- **Amor**
- **Contacto**
- **Ternura**
- **Prazer**

« A sexualidade é uma energia que nos motiva a procurar amor, contacto, ternura e intimidade;
...que se integra no modo como nos sentimos, movemos, tocamos e somos;
... é ser-se sensual e ao mesmo tempo sexual.
A sexualidade influencia pensamentos, sentimentos, acções e interacções e, por isso, influencia também a nossa saúde física e mental.»

(O.M.S 1975)


SEXO CROMOSSÓMICO
John Money
FETO GONADAL
FETO HORMONAL
DIMORFISMO GENITAL
DIMORFISMO CEREBRAL
COMPORTAMENTO DOS OUTROS
IMAGEM DO CORPO
IDENTIDADE DE GÉNERO INFANTIL
PUBERDADE HORMONAL
MORFOLOGIA DA PUBERDADE
OTISMO DA PUBERDADE
IDENTIDADE DE GÉNERO ADULTO

A relação entre um homem e uma mulher desenvolve-se em <u>4 etapas</u>:

Desejo

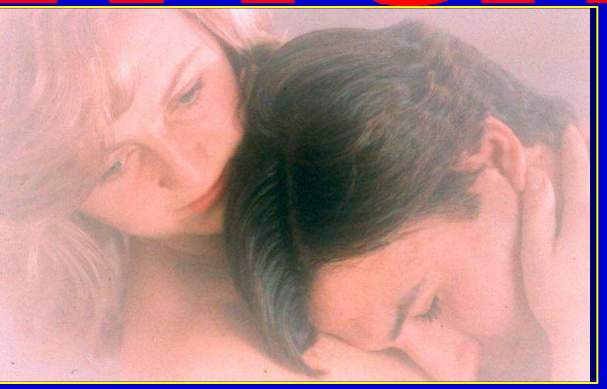
Elaboração dos sentimentos

Projecto

Sacramento

DESEJO + INTIMIDADE

Intimidade



Físico

Relação

Eu - Tu

A sexualidade deverá:

- ✓ ser integrada numa relação afectiva;

- ✓ consolidar uma relação:
  - estável
  - permanente
  - institucionalizada como o casamento;

- ✓ conduzir à constituição de uma família,

- ✓ conduzir para o bem-estar de cada um e para o seu desenvolvimento humano.

As mulheres tendem a:

- **Serem mais sensíveis do que os homens;**
- **Expressarem mais as suas emoções;**
- **Serem mais capazes de fazer a distinção entre sentimentos próximos;**
- **Vivenciar mais as emoções nas suas relações;**
- **Sexualmente menos interessadas;**
- **Culpabilizadas em relação ao prazer sexual;**
- **Receosas em relação aos homens.**

“Amor, se possível sem sexo”

Os homens tendem a:

- Serem mais activos sexualmente;
- Menos persistentes nas relações afectivas;
- A actividade sexual é influenciada pela procura de segurança;
- Desejo de afirmação;
- Menos sensíveis que as Mulheres;
- Não conseguem exprimir emoções e sentimentos;
- A procura de relacionamento com mulheres constitui uma prova da sua masculinidade e habilidade;
- Há pouca exigência em relação à qualidade afectiva das suas relações sexuais.

“Sexo, mesmo que sem amor”

TIPOS DE INTIMIDADE

- **Intimidade mútua:**
  - **Compromisso na verdadeira união mas conservando a individualidade;**
  - **grau forte de compromisso;**
  - **repartição igual de poder;**
  - **altos níveis de comunicação;**
  - **os mesmos valores básicos;**
  - **percepção exacta das necessidades de parceiro;**
  - **boa resolução dos conflitos.**

1. Comunhão

2. Comunicação

3. Consumação

Perigos na Intimidade:

- **Passado da vida sexual;**
- **Falta de conhecimento a nível sexual;**
- **Inexperiência na Exploração Sexual;**
- **Stress inesperado;**
- **Vida indisciplinada e não examinada.**

Problemas na intimidade

- Stress
- Cansaço psicológico
- Fadiga
- Expectativas irrealistas
- Expectativas não realizadas
- Fracassos na intimidade
- Perda da relação com Deus
- Baixo desejo sexual
- Problemas com vida sexual

O dom da intimidade

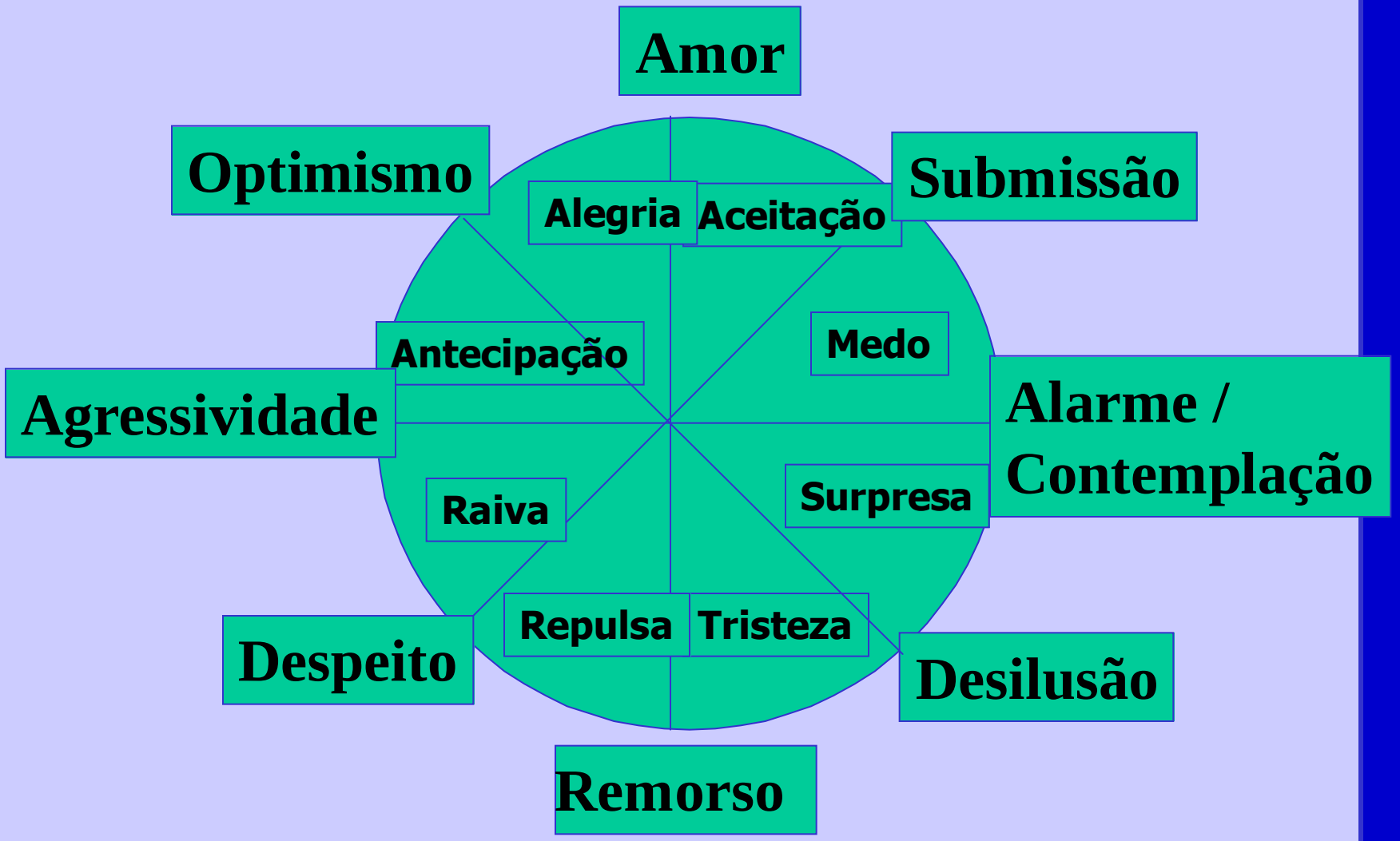
- **Para ser PARTILHADO, EXPLORADO, DIVERTIDO**
- **Requer Criatividade**
- **ELEVAR O CONHECIMENTO**
- **Intuitivo, Afirmativo, Respeitador, Correspondido**
- **TER INICIATIVA**

Intimidade

- ***Sentir-se COMPLETO***
- ***Estar APAIXONADO***
- ***SEM MEDO da rejeição***
- ***Para DEPOIS*** Amar***!***

Elaboração dos sentimentos

Modelo de Emoções



Plutchnik, 1980

Projecto

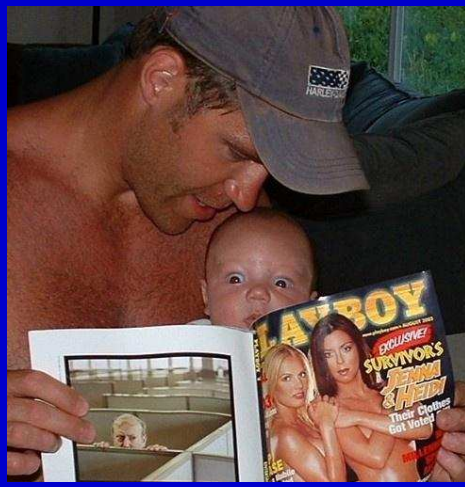
Sacramento

Casamento e Dificuldades

- **81% Tempo insuficiente com a Esposa/Marido**
- **64% Dificuldades na comunicação**
- **46% Problemas sexuais**
- **41% Problemas de discussões no Casal**

- **Vantagens:**
  - **intimidade** (emocional, física, sexual)**;**
  - **Inter-dependência** (partilhar tarefas e recursos)**;**
  - **cuidados paternais compartilhados;**
  - **continuidade** (memórias, hábitos)**;**
  - **identidade compartilhada** (parcial)**;**
  - **homens: saúde melhor mental, física, longevidade.**

- **Desvantagens:**
  - **constrangimentos nas decisões compartilhadas;**
  - **perda de privacidade;**
  - **necessidade de aceitar hábitos de outro, peculiaridades;**
  - **responsabilidades;**
  - **duplos turnos, os outros vêm em primeiro lugar;**
  - **trabalhar muitas horas.**



- **A família serve para:**

- O casal - realização e enriquecimento;
- Os filhos;
- Chave para o desenvolvimento emocional;
- Ser modelo para o modo de dar e receber afecto e tomar parte nos valores e expectativas das relações conjugais;
- Vai servir de modelo quanto à forma de lidar com os conflitos.

As disfunções importantes na família vão-se fazer sentir (repercutir) através de toda a família.

A principal função é facilitar o adequado desenrolar do processo evolutivo dos filhos e promover a sua educação e socialização.

É necessário uma grande flexibilidade e uma constante evolução e adaptação às diferentes fases de desenvolvimento infantil.

- **Principais mecanismos de acção:**
  - Afecto
  - Autoridade
  - Capacidade de controlo
  - Flexibilidade

A família e os novos desafios

Tipos de Famílias

- Família nuclear
- Família alargada
- Família monoparental
- Famílias reconstituídas

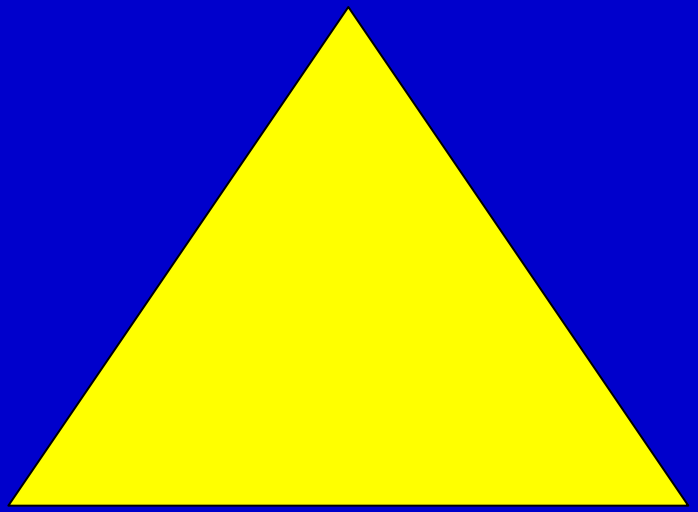
- Família desligada (fronteiras rígidas)
- Família normativa (fronteiras nítidas)
- Família emaranhada (fronteiras difusas)

Minuchin, 1984

Conjugalidade e Parentalidade

A dinâmica do casal, comunicação e qualidade das relações

CONJUGALIDADE
(relação do casal)



Comportamento e Desenvolvimento dos filhos

PARENTALIDADE
(“Parenting”)

Conjugalidade (relação do casal)

❑ Casar porquê?

- porque se desejam;
- porque desenvolvem sentimentos;
- porque têm um projecto comum;
- porque têm Fé e querem viver o Sacramento.

Realmente, desde que as pessoas deixaram de se casar porque assim tinha sido combinado pelos seus pais ou famílias, em função de razões económicas, étnicas, políticas, religiosas ou outras, o amor reúne o consenso, quase geral, como causa número um do casamento.

"O AMOR é, então, um estado emocional espontâneo, integrado por uma activação fisiológica, uma confusão de sentimentos, uma absorção intensa e um desejo avassalador (...) ***(Bornstein, 1992***

O amor é sinónimo de alegra, aceitação, desejo e união sexual, implica felicidade e sacrifício. "

Sendo assim, como explicar que um casamento se pode manter?

Quando o casal, no processo evolutivo, consegue :

- **reavivar o amor com base num renovar da relação e do entendimento;**

- **ultrapassar a decepção inicial do "amor romântico" que é, ao fim e ao cabo, previsível e maturante.**

... o casamento tem possibilidades de se manter e, até, de se consolidar.

Razões para a escolha do parceiro:

- Atracção sexual
- Amizade
- Companheirismo
- Satisfação na vivência das relações quotidianas
- Sacrificar-se para o outro ser feliz

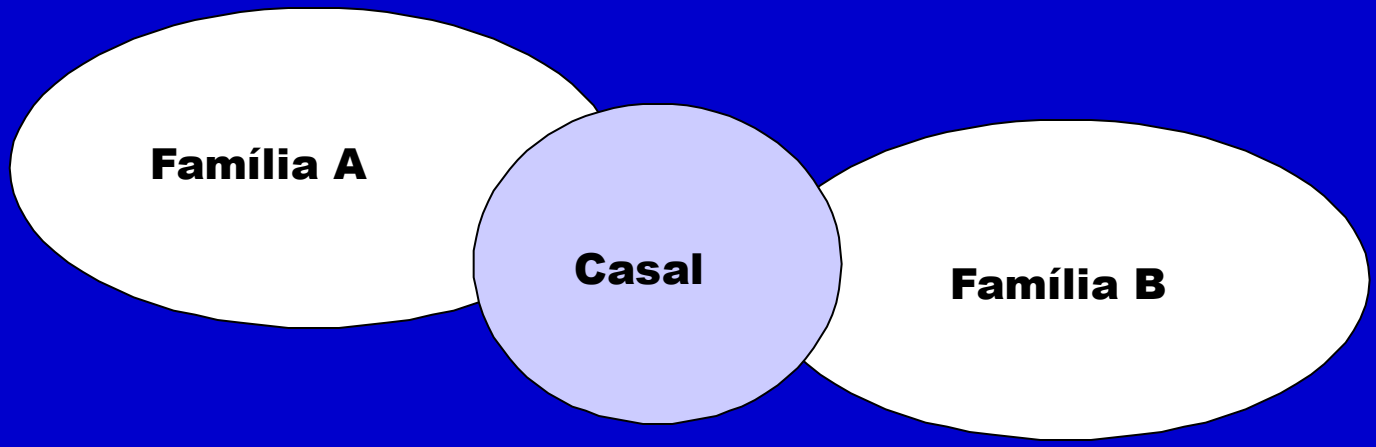
A escolha do parceiro, segundo *Satir*, dependerá de dois factores:

- **imagem de casal dada pelos pais que permite construir o modelo de relação homem-mulher;**

- **vivência relacional na fratria que permite "afinar" o modelo de relações entre pessoas da mesma geração.**

Estes dois factores são ainda influenciados pela pressão social, os *media* e a evolução dos estatutos homem/mulher.

Quando se escolhe um parceiro, as implicações dessa escolha não se limita à introdução de um novo elemento na família; implica que se tenha escolhido outra família, ou seja a família de origem do parceiro:



- O casal tem fratrias incompatíveis em termos de composição e do seu posicionamento;
- O casal reside extremamente perto ou enorme distância das famílias de origem;
- O casal é financeira, física ou psicologicamente dependente das famílias de origem;
- O par casa antes dos vinte ou depois dos trinta anos;
- Casam-se depois de um conhecimento com menos de seis meses ou de um namoro com mais de três anos;

- O casamento decorre na total ausência de amigos ou familiares;

- A mulher engravida antes ou durante o primeiro ano de casamento;

- Cada um dos elementos do casal tem um relacionamento pobre com os pais e irmãos;

- Os padrões conjugais das famílias extensas são bastante instáveis (grande número de divórcios ou separações, afastamentos físicos...)

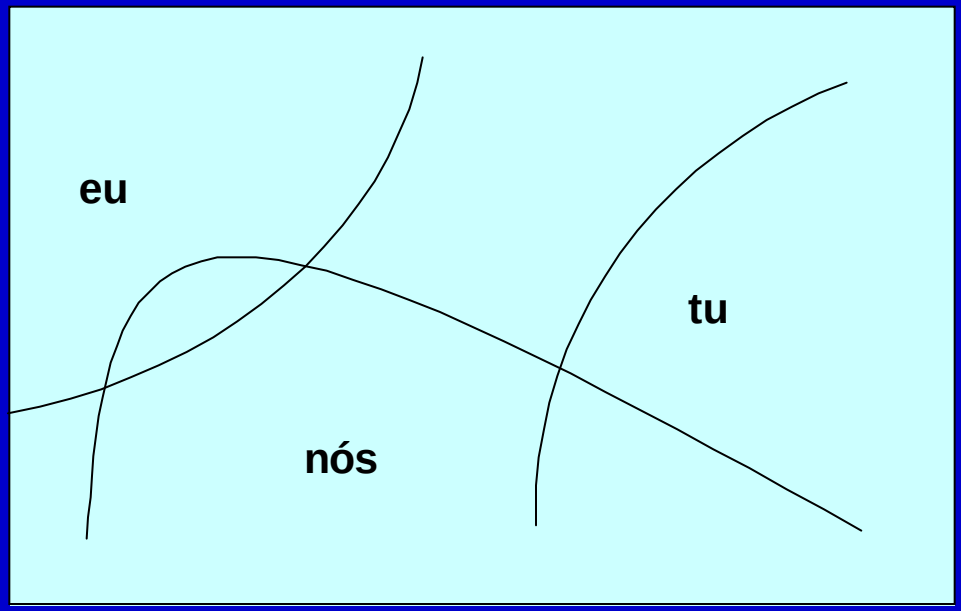
❑ Mas o que se deverá entender por casal?

Na nossa sociedade é cada vez se torna mais complexo e variado o conceito de casal.

***Virginia Satir* equaciona este aspecto afirmando que *"todo o par tem três partes: tu, eu e nós"*.**

Duas pessoas, três partes, cada uma delas significativa, cada uma delas com vida própria. Cada parte torna mais possível a outra:

A relação é possível quando cada uma das partes tem espaço próprio, sem que nenhuma domine a outra.



Daqui resulta o sentimento de auto-estima individual e um sentimento de pertença.

As principais áreas de conflito prendem-se com redefinições de limites ou fronteiras do subsistema:

- Entre os indivíduos
- Com as famílias de origem
- Com os filhos
- Com os amigos
- Com o mundo profissional
- ...

A definição de limites é então fundamental na medida em que protege o casal, reservando para os seus componentes uma área própria de satisfação das suas necessidades.

Comunicação

Comunicação ...

É o processo psicológico que permite a expressão de:

- **ELABORAÇÕES COGNITIVAS**
- **SENTIMENTOS**
- **EMOÇÕES**
- **ATITUDES**

Comunicação

- Reveste-se, pois, de particular importância a abordagem da PRAGMÀTICA DA COMUNICAÇÃO HUMANA.

Assim sendo, deixar-se-á de utilizar a comunicação para comunicar mas passar-se-á a recorrer á comunicação para se poder comunicar sobre a comunicação.

Estrutura-se, deste modo, um conjunto de constructos sobre a comunicação, que não fazem, contudo, parte dela; isto é a METACOMUNICAÇÃO.

TEORIA GERAL DA COMUNICAÇÃO – ESCOLA DE PALO ALTO

(Watzalawick & Bateson,1967)

Comunicação

- **PRAGMÀTICA DA COMUNICAÇÂO (Watzlawick & col.)**

1. **Não é possível não comunicar**
2. **Toda a comunicação comporta conteúdo e relação; a relação engloba o conteúdo e é, portanto, uma meta comunicação.**
3. **A natureza da pontuação dos factos, depende da pontuação da comunicação entre os sujeitos.**
4. **Há duas formas de comunicação: a digital e a analógica.**
5. **Qualquer transacção é simétrica ou complementar.**

A Sexualidade são dois aspectos que interagem:

GENITALIDADE

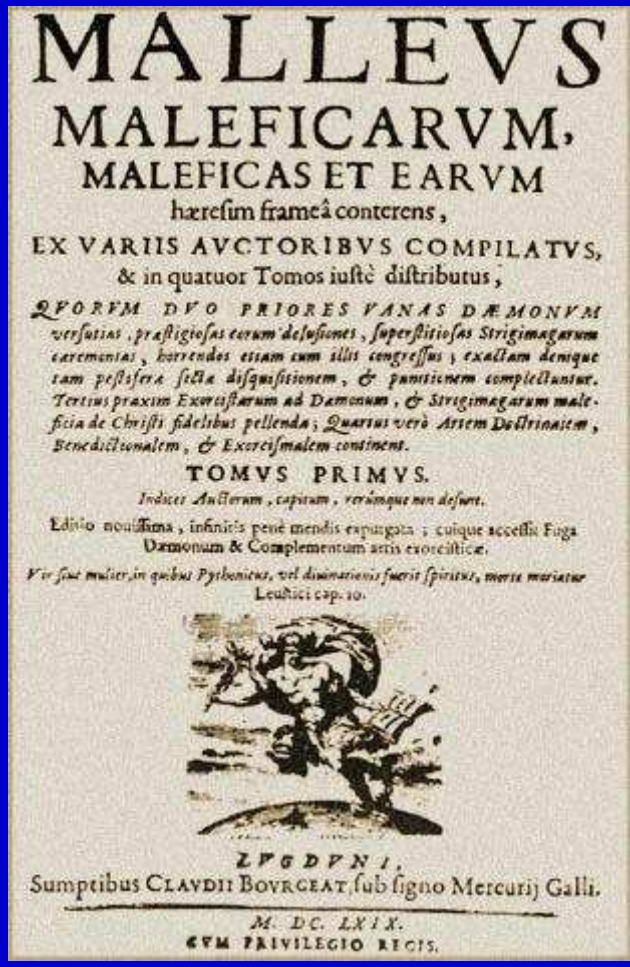
e

INTIMIDADE

Toda bruxaria tem origem na cobiça carnal, insaciável nas mulheres. [...]

Para saciarem a sua lascívia, copulam até mesmo com os demónios. [...]

E abençoado seja o Altíssimo, que até agora tem preservado o sexo masculino de crime tão hediondo: como Ele veio ao mundo e sofreu por nós, deu-nos, a nós homens, esse privilégio. (Malleus maleficarum -


MALLEVS
MALEFICARVM,
MALEFICAS ET EARVM
hæresim frameâ conterens,
EX VARIIS AVCTORIBVS COMPILATVS,
& in quatuor Tomos iustè distributus,
QVORVM DVO PRIORES VANAS DÆMONVM versutias, præstigiosas earum delusiones, superstitiosas Strigimagarum cæremonias, horrendos etiam cum illis congressus, exactam denique tam pestiferæ sectæ disquisitionem, & punitionem complectuntur. Tertius praxim Exorcistarum ad Dæmonum, & Strigimagarum maleficia de Christi fidelibus pellenda; Quartus verò Artem Doctrinalem, Benedictionalem, & Exorcismalem continent.
TOMVS PRIMVS.
Indices Auctorum, capitum, verúmque non desunt.
Editio nouissima, infinitis pene mendis expurgata; cuique accessit Fuga Dæmonum & Complementum artis exorcisticæ.
Vir siue mulier, in quibus Pythonicus, vel diuinationis fuerit spiritus, morte moriatur Leuitici cap. 20.
LVGDVNI,
Sumptibus CLAVDII BOVRGEAT, sub signo Mercurij Galli.
M. DC. LXIX.
CVM PRIVILEGIO REGIS.

Heinrich Kramer e James Sprenger). 1484

O que é?

É o nome dado pelo próprio Papa João Paulo Icomo título de trabalho para as suas primeiras catequeses, ministradas entre 1979 e 1984, durante as Audiências Gerais, nas quais o Santo Padre, seguindo os seus predecessores, ensinava algum aspecto da Doutrina Católica.

João Paulo II meditou por mais de 4 anos sobre o amor humanonos seus vários aspectos:

- **a relação do homem e da mulher;**
- **o significado esponsal do corpo humano;**
- **a natureza e missão da família;**
- **o matrimónio;**
- **o celibato;**
- **a luta espiritual do coração do homem;**
- **a linguagem profética do corpo humano;**
- **o amor conjugal;**
- **entre outros.**

AMOR

- **Livre**
- **Total**
- **Fiel**
- **Fecundo**

Dom

O Papa Bento XVI na sua primeira carta começa por lembrar as três palavras da língua grega relacionadas ao amor: "*eros*" (amor entre homem e mulher), "*philia*" (amor de amizade) e "*agape*" (o amor como doação de si, buscando o bem do ser amado.

Bento XVI ensina, que o eros, o amor entre o homem e a mulher, "sobressai como o arquétipo de amor por excelência, de tal modo que, comparados com ele, à primeira vista todos os demais tipos de amor se ofuscam".

Eros, erótico, erotismo são palavras que renovam o seu significado quando se considera eros na sua acepção mais legítima, que não se limita ao mero desejo sexual;

Eros vai além do desejo animal; numa livre interpretação, é uma pulsão ascendente, um desejo com asas (como em Platão);

O inebriamento de todo o nosso ser, que não se contenta com um momento de satisfação carnal, mas que busca a felicidade em máxima plenitude e para

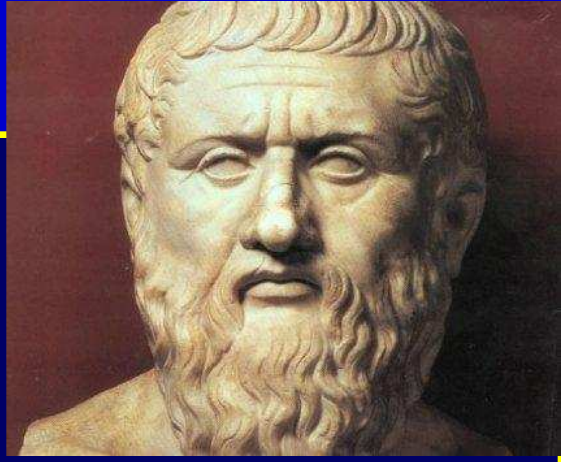
sempre.

"O amor promete infinito, eternidade - uma realidade maior e totalmente diferente do dia-a-dia da nossa existência.

" O desejo com asas ultrapassa o corpo, unifica-o com alma e se lança para a vida eterna.
O amor erótico é êxtase, na acepção etimológica da palavra: "Êxodo permanente do eu fechado em si mesmo para sua libertação no dom de si.

" À medida que o eu se liberta de si mesmo em busca de outras realidades, encontra-se com Deus e com o próximo, sublimando-se em agape.
Na agape subsiste o eros como desejo daquilo que nos falta.

O eros pulsa em agape e por isso, na realidade, nunca se separam completamente um do outro.



Platão já afirmava que:

Se amas um belo corpo ele degenera e o teu amor morre com ele.

Se amas um belo espírito ele sublimar-se-á e o teu amor será eterno.

Nasceu em 427 e morre em a.C. 399 a.C.

Quando cada um consegue perceber o outro como ser humano diferente:

1) ***Aceitando a realidade de ser do outro;***
2) ***Procurando a felicidade do outro;***
3) ***Exigindo respeito por si;***
4) ***Exigindo respeito pela sua diferença;***

Então:

Surge o AMOR.

AMAR É FAZER FELIZ O OUTRO NA SUA DIFERENÇA