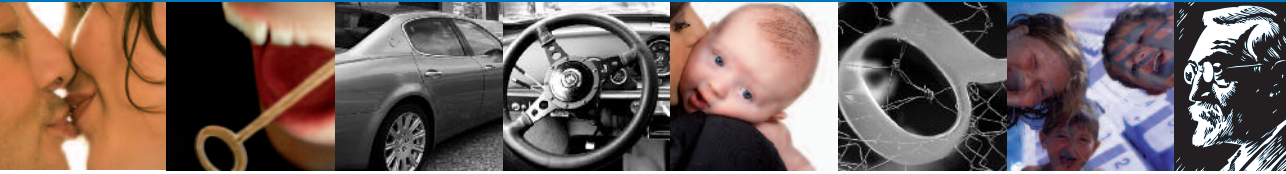


prolepsis

Revista de Psicología de contenido científico e información colegial



sumario



notas y noticias del copcyl 2 | uso de escenas de cine en terapia sexual y de pareja 8 | educación "low cost" 14 | el coche: ese centauro moderno con culo de escape 22

**en.red.ando: el acoso telemático en menores: ciberacoso y grooming 32
históricos: lección novena. estudio analítico del desarrollo de la palabra en los niños, facultades que revela 55**

**hermanas mayores: actualidades en psicología 86 | avances en psicología 87
curiosidades: la significación de unamuno 88**

Coordinadores de la publicación: Miguel A. González Castañón -tfn.: 659 579 885-, Moisés García Melón y Vicente Martín Pérez. **Responsables de la edición:** Colegio Oficial de Psicólogos de Castilla y León. **Consejo de Redacción:** Miguel A. Castañón, Juan Donoso, Luis Melero, Raquel Carracedo, Manuel Andrés y Eduardo Montes. **Consejo editorial:** Eduardo Montes, Francisco Sevillano, Manuel Andrés, M^a Dolores Jiménez, Dionisio López, Vicente Martín, M^a Belén Martínez, M^a Ángeles Pérez, Jesús de Blas, Silvia Mateo, Jesús García y Félix Rodríguez, Carmen Fernández, Esther Prada, M^a Luisa González, Pilar Valbuena, Moises García.

Consejo asesor: Luis Álvarez - Universidad de Oviedo, Manuel Andrés - Fundación Huarte de San Juan, Jesús de Blas - Universidad IE Segovia, Manuel García - Universidad de León, Luis Melero - Universidad de Salamanca, Eduardo Montes - Consejo General de COP, Marino Pérez - Universidad de Oviedo, José Carlos Sánchez - Universidad de Salamanca, Teresa Sánchez - Universidad de Salamanca, Juan Donoso - Universidad de Valladolid, Guillermo Vallejo - Universidad de Oviedo, Carlos J. Álvarez - Universidad de La Laguna, Rafael Moreno - Universidad de Sevilla, Luis Valera - Universidad de Málaga, José M. García-Montes - Universidad de Almería, Alfredo Oliva - Universidad de Sevilla, Javier Urrea - Doctor en Psicología, Ramón Bayes - Universidad autónoma Barcelona.

Diseño y maquetación: SERES DESIGN. **Imprime:** Narcea Servicios Gráficos. **Publicidad:** Seres 610 744 220, bego@seresdesign.es

Depósito Legal: LE - 1342 -2008. **ISSN:** 1889-2957

prolepsis

Uso de escenas de cine en terapia sexual y de pareja

Cueto, D. (Estudiante Universidad de Gante) y
Cueto, M.A. (CEPTECO. Centro Psicológico de Terapia de Conducta) de León.
 Correspondencia: cepteco@cop.es



RESUMEN

Una técnica útil en la terapia de pareja y sexual es el modelado. Es un proceso de aprendizaje observacional en el que la conducta de una pareja, visionada en escenas de una película o vídeos educativos, actúa como estímulo para generar conductas, pensamientos o actitudes semejantes en otras parejas que observan la actuación del modelo. La mayor parte de la conducta humana se adquiere por este aprendizaje vicario. El apoyo de escenas de películas o vídeos educativos hace más fácil la asimilación de los conocimientos en los procesos de interacción, comunicación, respeto mutuo y conductas sexuales. Focaliza la atención sobre los actores de las películas y ayuda a comprender mejor, por distanciamiento emocional, variables que sería complejo observar en uno mismo o en el otro cuando existe una alta carga emocional. Dichas escenas de películas o vídeos educativos permiten la adquisición de nuevas conductas o habilidades, la inhibición o desinhibición de conductas que ya poseía el sujeto en su repertorio, facilita la realización de conductas que no se emiten por falta de estímulos inductores y ayuda a un incremento de la estimulación ambiental y afectiva entre la pareja, dándole un mejor control sobre la activación emocional y valencia afectiva.

Palabras clave: Modelado, aprendizaje observacional, películas, vídeos educativos.

ABSTRACT

Modelling is a very useful technique in couple and sexual therapy. It is an observational training process in which the behaviour of a couple, seen in scenes of films or educative videos, is a stimulus to generate similar behaviours, thoughts or attitudes in the couples observing this modelling. Most of the human behaviour is learnt with this observational training. This method consists of observing efficient and inefficient interaction ways, so that they will be able to differentiate between them and learn to express themselves assertively. This viewing makes the learning of interaction, communication, respect and sexuality processes easier. They focus their attention on the actors, which helps them understand those processes better, due to the emotional distance as being emotionally involved implies more difficulties. These films scenes help to get a variety of new behaviours or skills, the inhibiting or disinhibiting of behaviours that the subject already had, the achievement of behaviours not fulfilled because of the lack of stimuli, and the increase of environmental and affective stimulation in the couple, by providing them greater control on the emotional activation.

Keys words: Modelling, observational training, films, educative videos.

INTRODUCCIÓN

Una excelente forma para ayudar en el tratamiento psicológico en la terapia de pareja es la observación de escenas de películas que aporten una visión práctica sobre cómo mejorar la comunicación (escucha activa, hacer halagos, quejas, negarnos a hacer algo...), cómo tomar decisiones o llegar a acuerdos, auto y heterocontrol de conductas agresivas, refutación de ideaciones cognitivas que interfieren en la relación y cómo aprender a superar un problema sexual mediante la visión del comportamiento de otras parejas.

El modelado es una de las formas más sencillas y frecuentes de aprender a través de la observación del comportamiento de otros. La conducta de una pareja visionada en una película actúa como estímulo para generar conductas, pensamientos o actitudes semejantes en las parejas que observan dicha actuación, con la finalidad de repetirlas en el contexto de su vida cotidiana y con la pareja (Cormier y Cormier, 1994). Este aprendizaje trata de enseñar principios o reglas que guían la conducta en determinadas situaciones durante las relaciones de pareja y sexuales.

El uso de la observación de otras parejas y el trabajo posterior terapéutico sería un estímulo para generar respuestas semejantes o contrapuestas al modelo y permitiría:

- Una mayor crítica de los modelos al no vernos reflejados en ellos debido a la separación emocional. No somos nosotros, es el actor el que interpreta.

Podemos comentarlo sin que nos afecte y por lo tanto, nuestro aprendizaje será más fácil al no estar unido a nuestras emociones.

- Así mismo, observar a otras personas que no sean mi pareja ayudará a ponerme más fácilmente en el lugar del otro, de la misma forma que si el modelo no se asocia con emociones negativas anteriores, podré entender mejor lo que siente y empatizar.

USO DE ESCENAS DE PELÍCULAS O VÍDEOS EDUCATIVOS

El apoyo en escenas de películas hace más fácil la asimilación de los conocimientos en los procesos de interacción, comunicación y respuesta sexual al observar ejemplos reales de interacciones adecuadas o inadecuadas, en las que la pareja se siente reflejada y puede reflexionar y hacer autocrítica, junto al terapeuta, sobre cómo se han sentido al observar la situación desde una posición de distanciamiento. Distraen la atención sobre los actores de las películas y ayuda a comprender mejor, por ese distanciamiento emocional, variables que sería difícil de observar en uno mismo o en el otro cuando existe una alta carga emocional. Permite visionar a las parejas formas de interacción eficaces que puedan ser practicadas después, por sí mismos, en la intimidad.

Dichas escenas de vídeos educativos o de películas permiten la adquisición de nuevas respuestas o habilidades que no poseía la pareja, facilita la realización de conductas que no se emiten por falta de estímulos instigadores y ayuda a un

prolepsis

incremento de la estimulación ambiental y afectiva entre la pareja. Las escenas utilizadas en terapia junto al terapeuta son un estímulo para generar respuestas semejantes o contrapuestas al modelo y tienen la ventaja de poder reproducirse de forma controlada por el terapeuta, escogiendo las escenas adecuadas para cada caso y pudiendo repetirse si se considera oportuno.

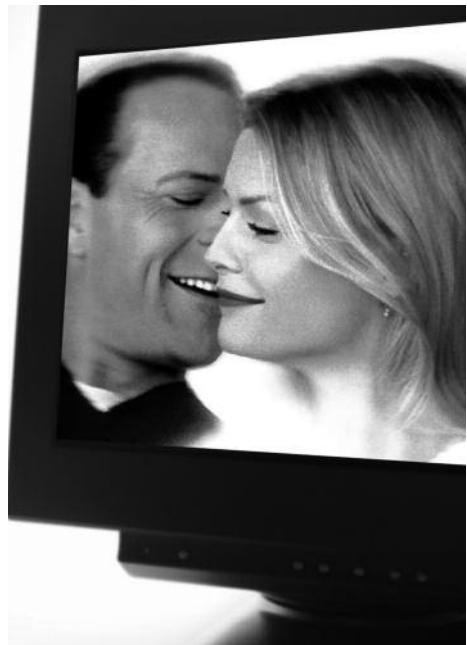
LA PAREJA BIEN AVENIDA

Las parejas son similares a cualquier forma de relación humana a la que se une un proyecto en común, un nivel alto de emoción y una pizca de amistad. Estos elementos son los que hacen que la relación sea duradera. Las parejas satisfechas, no suelen ser, por lo general, uniones perfectas. Suelen discutir, igual que las parejas infelices, sobre los problemas comunes (sexo, amigos, familia, hijos...) pero les diferencia de las insatisfechas su comportamiento al final de la discusión. Prestar atención a este tipo de modelos donde las que presentan problemas suelen terminar con el enfado y guardando rencor hacia el otro, y las que van bien suelen respetarse a pesar de sus discrepancias, pedir perdón si se equivocan y quejarse de forma afectuosa. Podría hacerse más factible, si por observación, se aprenden otras formas de interacción.

Por ejemplo, *Historia de lo nuestro* (Reiner, 1999), es un buena muestra de film plagado de recursos terapéuticos. Cuenta la historia de una pareja desde sus comienzos, con sus momentos de pasión, enfado, el nacimiento de los hijos hasta cómo influye el aprendizaje en la

familia de origen. Observando la escena, un tanto psicoanalítica, donde el matrimonio compuesto por Ben Jordan, interpretado por Bruce Willis, y Katie, interpretada por Michelle Pfeiffer, discuten en la cama junto a sus padres igual que sus padres. Muchos pacientes nos comentan que han repetido roles familiares comprendiendo la importancia de los prejuicios aprendidos y cómo estaban influyendo en la relación con el fin de superarlos.

Otra estrategia importante cuando uno se equivoca, en la relación de pareja, es la de pedir perdón o romper el hielo. Sirve para romper la escalada de la discusión y acortar la distancia entre la pareja. Contribuye a excusarnos cuando nos hemos equivocado evitando ofender a la otra persona. Cuando es utilizada por el hombre, generalmente nos indica que la relación entre la pareja es buena. Un excelente ejemplo, también



en esta película, es la escena donde Ben pide perdón a su esposa Katie después de estar un tiempo separados comentándole que la ha visto por sus ojos. Solemos usarla en la terapia para romper el mito cultural de que los hombres son más vulnerables si piden perdón. En la posterior discusión con la pareja durante la terapia también suelen comentarse los efectos de disminución del enfado si se usa esta estrategia, además del uso del sentido del humor, ignorar el ajeno o desarmar con halagos.

MEJORA EN LOS PROBLEMAS SEXUALES

En nuestra historia, la sexualidad ha sido por excelencia un tema tabú, y esta falta de información y diálogo ha contribuido a generar dificultades y no saber cuándo pedir ayuda. A pesar de ser un proceso fisiológico, siempre nos resulta más fácil y cómodo acudir a consultar una gripe que hablar de aquello que consideramos actividades privadas.

Como comentamos, muchas conductas las hemos aprendido por observación, imitando lo que vemos hacer a otras personas. No obstante, el aprendizaje de conductas sexuales se suele hacer mediante uso de vídeos o películas pornográficas no exentas de estereotipos machistas y suelen ser poco aleccionadores sobre formas adecuadas de estimularse o estimular a la pareja. Las parejas suelen imitar o denostar modelos aprendidos en su infancia o juventud, probar varias alternativas y tienden a consensuar con el otro miembro de la pareja un modelo propio de comportamiento a través de dicha interacción afectiva y sexual. Es cierto que hoy, a tra-

vés de la red, se puede acceder a mucha información pero resulta difícil y complejo gestionarla. Está muy dispersa y es complicado para el paciente distinguir cual es la adecuada. Conrad y Milburn (2002) advierten de la visión distorsionada de la sexualidad que transmite la filmografía pornográfica.

Cuando ocurre una alteración en la respuesta sexual suelen producirse una serie de expectativas negativas, una falta de deseo, una percepción incorrecta de la excitación o un miedo a no poder controlarla. Cuando focalizamos nuestra atención en nuestra competencia o en la valoración de nuestra pareja, solemos aumentar nuestro nivel de ansiedad. Finalmente, cuando nuestra respuesta sexual sigue siendo inadecuada, justificamos nuestro fracaso negándolo. De hecho, un problema sexual puede tener un inicio orgánico y/o psicológico y un mantenimiento alternativo o conjunto, que harían pertinente una terapia combinada.

En terapia sexual se respeta por el terapeuta el sistema de valores sexuales de la persona en relación a la propia ética y moral, junto con la mejora de su problema a lo largo del tratamiento. El sexólogo puede utilizar escenas de películas o vídeos educativos de interacción sexual de otras parejas donde se ejemplifican diversas situaciones y técnicas. Es un proceso de aprendizaje observacional que ayuda a generar conductas, pensamientos o actitudes semejantes en otras parejas que observan la actuación del modelo. Existen diversas técnicas y ejercicios sexuales, tanto para el hombre como la

prolepsis

mujer, que visionados en terapia junto al terapeuta ayudan a conocer, valorar y mejorar cómo resolver un problema de forma conveniente. Hay vídeos de terapia sexual que explican técnicas para fortificar el suelo pélvico de la mujer, diversas posiciones y actividades para diversos problemas sexuales y la forma de masajear la zona genital que hacen más probable conseguir el orgasmo en la mujer, retrasar la eyacuación o mejorar la erección en el hombre.

USO DE ESCENAS DE PELÍCULAS O VÍDEOS EDUCATIVOS EN TERAPIA SEXUAL

El objetivo principal del uso de estos medios audiovisuales en la terapia sexual es propiciar un modelado de comportamientos iguales o antagónicos que permiten la discusión y estímulos para generar respuestas semejantes o contrapuestas a los modelos que se proponen. Intenta usar, con dicho medio, la autocrítica desafectada que harían comprender mejor las variables emocionales aparejadas por el paciente o su pareja y verlo sobre escenas ajenas que servirían como soporte y apoyo. La labor terapéutica se puede desarrollar tanto en pareja como individualmente, poniendo después dichos conocimientos en práctica con la pareja en la intimidad de la alcoba.

Uno de los múltiples ejemplos que solemos utilizar es el vídeo *La erección*, dirigido por Hensen (1991), donde en una escena nos indica cómo podría llevarse a cabo la técnica de "Compresión peneana" de Masters y Johnson para ayudar al hombre a mejorar tanto el reflejo eyaculatorio como su respuesta eréctil. Se

observa a su pareja usando la presión con sus dedos alrededor del surco balanoprepucial, en la base del glande, para después comentarla en la terapia.

Solemos comentar que antes habría habido un masaje de todo el cuerpo mediante el uso de la técnica de Focalización Sensorial (también resumida en dicho vídeo educativo) y que sería un final de la fase del masaje donde se llevaría a cabo esta conducta. Le animamos al hombre a distraer su atención en fantasías si deseamos que mejore su respuesta sexual o focalice en la misma si deseamos que controle su reflejo eyaculatorio. Así mismo, a la mujer le sugerimos que la use al inicio de la estimulación y cuando la desee sin necesidad de que su pareja tenga que avisarle de la inminencia eyaculatoria.

CONCLUSIONES

Convivir con la pareja es algo muy complicado. No existen libros de instrucciones ni manuales para moverse en ese ambiente, a veces tenebroso y, a veces, calmado. Experimentar observando y comentando escenas de películas con nuestra pareja, y siempre con la explicación educativa y resolución de dudas del terapeuta, nos permite buscar soluciones cuando discutimos, una y otra vez por lo mismo, sin saber comunicarnos adecuadamente, cuando no sabemos superar un problema sexual que se repite, cuando nos hemos bloqueado en una relación y no sabemos salir. Se pueden aprender con vídeos educativos estrategias para mejorar la respuesta sexual ya que permite analizar la respuesta sexual en otras parejas, visionar estrategias para

la mejora de las disfunciones sexuales y enseñar técnicas psicológicas aplicadas a este tipo de problemas.

Usar escenas de películas o vídeos educativos es una excelente herramienta en la terapia sexual y de pareja. Nos permiten el visionado de modelos que se ajusten a lo que podemos hacer o evitar para agrandar o no molestar a la pareja. Puede ayudar a mejorar la comunicación, a llegar a acuerdos, a

empatizar con el otro, pedir perdón, saber cómo estimular la respuesta eréctil del varón, desgenitalizar la conducta sexual y otras muchas respuestas de los procesos de interacción afectiva en la relación de pareja. Ver modelos desde una cierta distancia (desafectadamente) nos ayudan a reflexionar mejor, hacer una autocrítica más ajustada, ayudar a la empatía y comprender mejor cómo podemos establecer una relación de pareja más satisfactoria.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- ANTON, L. y otros (2012). Recursos audiovisuales en terapia sexual y de pareja. *Rev. de Psicoterapia*, 86-87, 69-98.
- BÉJAR, S. de (2011). *Tu sexo es tuyo. Todo lo que has de saber para disfrutar de tu sexualidad*. Barcelona: Planeta.
- CONRAD, S., MILBURN, M. (2002). *Inteligencia Sexual*. Barcelona: Planeta.
- CORMIER, W. y CORMIER, L. (1994). *Estrategias de entrevista para terapeutas*. Bilbao: DDB.
- CUETO, M.A. (2006). *Sexo en la pareja*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- (2007). Un relación de cine. *Rev. Sexualogías*, 2, 70-73.
- CUETO, M.A. y CUETO, D. (2012). *Sexual and Couple Therapy: The Use of Films Scenes and Educative Videos. Abstracts Book 11th Congress of the European Federation of Sexology*, 67-68. Madrid: EFS.
- GARCÍA-MARTÍNEZ, J. y MORENO-MORA, D. (2012). El trabajo con películas en psicoterapia. *Rev. de Psicoterapia*, 86-87, 5-20.
- KAPLAN, H.S. (2010). *Manual ilustrado de terapia sexual. La solución a los trastornos sexuales más comunes*. Barcelona: De bolsillo.
- LUST, E. (2008). *Porno para mujeres. Una guía femenina para entender y aprender a disfrutar del cine X*. Barcelona: Melusina, S.L.
- MASTER, W.H. y JOHNSON, V.E. (1981). *Incompatibilidad sexual humana*. Buenos Aires: Intermédica.
- OGIEN, R. (2005). *Pensar la Pornografía*. Barcelona: Paidós.
- PEREL, E. (2007). *Inteligencia Erótica. Claves para mantener la pasión en la pareja*. Madrid: Temas de Hoy.
- RAYA, M.A. (2012). El cine en terapia. *Rev. de Psicoterapia*, 86-87, 57-68.
- VILLEGAS, M. y MALLOR, P. (2010). Consideraciones sobre la terapia de pareja: a propósito de un caso. *Revista de Psicoterapia*, 81, 37-106.
- (2012). Recursos Analógicos en Psicoterapia (2) El cine. *Rev. de Psicoterapia*, 86-87, 21-56.
- WOLFFELT, A.D. (2000). *Creating meaningful funeral ceremonies. A guide for families*. Companion Press: Colorado, USA.

FILMOGRAFÍA Y VÍDEOS EDUCATIVOS:

- ALEXANDER INSTITUTE. *Ultimate sexual massage*. [DVD]. USA: Alexander Institute; 2003.
- ALLEN W. *Annie Hall* [película]. USA: T.C. Fox. H.E. España; 1977.
- ANTONIONI M. *La notte* [película]. Italia: Plero Zuffi production; 1961.
- AMERICAN VIDEO PRODUCTION. *Técnicas para mejorar tu vida sexual 1-3* [DVDs]. USA: Sinclair Intimacy Institute; 2002.
- BALAGUER J. *Sólo mía* [película]. España: Star Line TV Productions S.L.; 2001.
- BISTANE J. *Masturbación en pareja* [vídeo]. España: SVA Editora; 1994.
- BOLLAÍN I. *Te doy mis ojos* [película]. España: La Iguana; 2003.
- COIXET I. *La vida secreta de las palabras* [película]. España: El Deseo S.A. y Mediapro; 2005.
- DOMINICI M. *El clitoris: ese gran desconocido* [vídeo]. Dinamarca, Francia y Australia. ARTE France, Cats& Dogs Films y Sylicone; 2003.
- EASTWOOD C. *Los puentes de Madison* [película]. USA: Warner Bros Pictures; 1995.
- FARRELLY P. *Matrimonio compulsivo* [película]. USA: DreamWorks Pictures; 2007.
- GARCÍ JL. *Asignatura pendiente* [película]. España: José Luis Tafur P.C.; 1977.
- GILLIAM T. y JONES T. *Monty Python y los caballeros de la mesa cuadrada* [película]. RU: Lauren; 1974.
- GREEN BS. *El masaje corporal* [vídeo]. USA: B. Green Company; 1980.
- HOOPER A. *Guía del sexo* [CD-ROM]. USA: Dorling Kindersley; 1995.
- LATORRE F. *Atilugios sexuales (todos y cómo usarlos)* [vídeo]. España: Videoteca Selección; 1991.
- LUST E. *Cinco historias para ellas* [película]. España: Lust films; 2007.
- METCALF C. *Making Love 1-2* [vídeos]. USA: Polgram Video; 1992.
- MENDES S. *Revolutionary Road* [película]. USA: Paramount Home Entertainment; 2008.
- METROVIDEO. *Guía sexual* [vídeo]. Alemania: Metrovideo; 1997.
- MEYER N. *Cuando menos te lo esperas* [película]. USA: Columbia Pictures y Warner Bros Pictures; 2003.
- PAGE R. *La guía del sexo* [DVD]. USA: Sony Pictures Home Entertainment; 2008.
- PLAYBOY ENTERTAINMENT GROUP. *Fantasías sexuales para amantes* [vídeo]. USA: S.A.V. Editora; 1993.
- POLANSKY R. *Lunas de hiel* [película]. Francia: R.P. Productions; 1992.
- RAY N. *Johnny Guitar* [película]. USA: Republic Pictures; 1954.
- REINER R. *Cuando Harry encontró a Sally* [película]. USA: Columbia Pictures; 1989.
- *Historia de lo nuestro* [película]. USA: Castle Rock Entertainment; 1999.
- HENSEN G. *Sexo: Placer en la vida 1-5* [vídeos]. Holanda: BV Lenox Holding y SVA Editora; 1992.
- KOLIRIN E. *La banda nos visita* [película]. Israel-Francia: Sophie Dulac Productions, July August Productions y Bleiberg Entertainment; 2007.
- STANWAY A. *Aprender a amar 1-4* [vídeos]. RU: Globus Comunicación; 1992.
- *Sexo y placer* [vídeo]. USA: MCA Home Video. RU: Globus Comunicación; 1992.
- WEBBER C. *Secretos de la pareja. Fantasías sexuales* [vídeo]. España: Planeta Agostini; 1993.
- WINTERS D. *Técnicas sexuales* [vídeo]. USA: MCA Home Video; 1984.