

FANTASÍAS SEXUALES

Una fantasía corresponde a una representación mental de algo que hemos vivido o simplemente que creamos en nuestra mente. Si el contenido de tal fantasía produce una excitación sexual, hablamos de fantasías sexuales, aunque éste no sea explícitamente sexual (puede ser romántico o sensual...). En ocasiones las fantasías nos hacen dudar sobre nuestra orientación, sobre nuestra fidelidad o sobre nosotros mismos. Tenemos que tener en cuenta que la fantasía no es la realidad y que tampoco tenemos que llevarla a cabo. Fantasear es una característica sólo de los humanos, y no sólo tienen que ser relativas al sexo. Podemos fantasear sobre el propio futuro y utilizar el trabajo como medio para cristalizar esas fantasías.

¿Por qué tenemos fantasías sexuales?

La actividad imaginaria de una particular intensidad, se manifiesta primero en los juegos infantiles.

Primero en una etapa asexual: hay un momento en la infancia, donde muchos niños fantasean que sus padres no son sus padres reales, o que él es un niño que lo han recogido de un puente, o reemplazan a sus padres por gente de sangre real. La técnica aplicada para realizar tales fantasías depende de la habilidad y del material que el niño encuentre a su disposición. Es una época donde el niño desconoce las condiciones sexuales de la procreación.

Segundo, en una etapa sexual: el niño conocerá las múltiples vinculaciones sexuales entre el padre y la madre. En esta etapa sexual surge en el niño la tendencia a imaginarse situaciones y relaciones eróticas.

La capacidad de fantasear, nos viene por tanto desde la niñez y no sólo es buena por el tema de la excitación, sino que también es beneficioso para aumentar la curiosidad y que así se despierte en nosotros nuevos intereses, aplicables a otros fines no sexuales.

¿Para qué tenemos fantasías sexuales?

Las fantasías sexuales bien sirven para alcanzar cierto grado de excitación, durante las relaciones sexuales con nuestra pareja. O bien para una de las dos fases de la masturbación (evocación de la fantasía y manejos activos). Los más inexpertos también se sirven de las fantasías para introducirse en temas desconocidos por ellos.

¿Son positivas o negativas?

Las fantasías pueden ser positivas si nos ayudan a conseguir cierto grado de excitación para facilitar la actividad con nuestra pareja, y así poder disfrutar plenamente.

Pero las fantasías también pueden llegar a ser negativas. Serán malas cuando lleguemos a la situación de que la fantasía es suficiente y entonces nunca llegamos a la acción. Una fantasía no puede sustituir el acto sexual en sí. La fantasía se habrá convertido en inhibitoria de la actividad o en síntoma. Por otro lado, el verdadero problema llega cuando sólo podemos actuar de una sola manera. En el caso de la conducta sexual sería: sólo puedo excitarme teniendo siempre la misma fantasía, sólo puedo tener sexo si veo película eróticas, sólo

puedo hacer el amor en mi cama y a las 12 de la noche... Cuando sólo puedo tener sexo bajo unas condiciones es cuando hay que preguntarse que está sucediendo. También una fantasía llegará a ser mala en la medida que se convierta en una obsesión. Es decir, cuando impida el desarrollo cotidiano de nuestra vida, cuando implique riesgo para nosotros o para los demás...

Juan Ramón soto