

# La Masturbación

## Consideraciones psicodinámicas<sup>1</sup>

Claudia Ciotti y Samuela Rigon<sup>2</sup>

No se puede entender un comportamiento sin también considerar a toda la persona que lo realiza: es ella quien da al comportamiento un significado personal y subjetivo. Esto vale para la sexualidad. Si pretendemos entenderla aisladamente, sin encuadrarla en el contexto más amplio de quien la usa (o no la usa), permanece como un hecho incomprensible, que algunos educadores relativizan y otros demonizan. Además, cuando este fenómeno se realiza en un itinerario vocacional, esta advertencia es aún más necesaria.

### Principios guía

- Ya Freud hablaba de la ubicuidad y plasticidad de la sexualidad. Ello expresa que un comportamiento no sexual puede servir para expresar dificultades en el área sexual (ubicuidad) y por otra parte, que un comportamiento sexual puede ser estimulado por motivaciones que tiene poco o nada que ver con el sexo propiamente dicho (plasticidad). También las investigaciones de Friederich<sup>3</sup> confirman esta tesis: la relación sexual puede ser usada como expresión de conflictos individuales, necesidades o ansiedades más que como expresión de una relación afectiva y placentera entre un hombre y una mujer. La unión sexual puede ser un modo para descargar la tensión o para probar la propia identidad y el valor personal ante sentimientos de inferioridad e inadecuación. Aún más, puede demostrar poder sobre la otra persona, canalizar sentimientos de rabia o ser una fuga de la soledad y del dolor.
- A diferencia de todo lo que se suele creer, es necesario ver la

---

1 CIOTTI, Claudia & RIGON Samuela, «La masturbazione. Considerazioni psicodinamiche» en *Tredimensioni* 5 (2008), 303-312. Traducción: Fátima Godiño para IVC (Montevideo, 2012).

2 Docentes en el Instituto Superior para Formadores (Italia).

3 Cfr. FRIEDRICH, M.A., «Motivation for coitus», en *Clinical Obstetrics and Gynecology*, 3(1970), pp. 691-700.

sexualidad como una variable consecuente y no antecedente, es decir, como un medio de expresión más que como causa de conflictos. Especialmente cuando termina la adolescencia los problemas sexuales son, con más facilidad, efectos que causas. Por eso es útil poner atención en las debilidades sexuales ya que nos transmiten algo sobre la personalidad global del individuo. Pero considerando que dichas debilidades son «indicadores secundarios» no nos podemos quedar solamente en ellas: no dan información sobre las causas. Las causas deben ser buscadas en la dinámica (necesidades, actitudes, fines, defensas, emociones) y por lo tanto, la atención debe ampliar su mirada: de la sexualidad (efecto) a la personalidad más global (causa).

- En los últimos años, la reflexión teórica y la experiencia clínica, avaladas también por investigaciones empíricas, han focalizado su atención en el contexto interpersonal e inter-subjetivo en el cual ocurre la elaboración de la propia personalidad. Ésta es producto de dicha relación y no solamente el fruto de una organización de fuerzas internas del individuo, en una dinámica continua de recíproca influencia entre mundo externo e interno. No se describe al individuo como una simple acumulación de pulsiones que lo determinan sino como un sujeto construido-por e inserto en un contexto de relaciones con otras figuras con las cuales quiere mantener vinculación, y de las cuales también desea diferenciarse con maniobras más o menos maduras o regresivas<sup>4</sup>. Una de estas maniobras es el ejercicio de la sexualidad. Deriva de lo que ya fue evidenciado hace más de cincuenta años, en 1952, por Fairbairn: la libido no está dirigida al placer, sino al objeto<sup>5</sup>.

## Cómo afrontar el problema

La hermana Inés se encuentra desde hace pocos meses en una nueva comunidad. Después del noviciado vivió 4 años en una comunidad que acoge a muchachas con problemas y para cuya asistencia trabajaba con otras 3 hermanas de la comunidad. Actualmente vive en una comunidad de 15 hermanas, todas comprometidas en la enseñanza. El ritmo de trabajo, los momentos fraternos y el tipo de oración en común son muy diversos a la experiencia anterior. La hna. Inés extraña mucho su vieja comunidad. Con la nueva superiora – segura y emprendedora – siente cierta dificultad relacional. Le faltan las muchachas de la casa de acogida que apreciaban su presencia amable y sufre también cierta desatención por parte de las hermanas, que parecen poco interesadas por el cuidado que Inés pone en la liturgia comunitaria y en el canto. También quisiera concretar algunas innovaciones en la vida comunitaria pero siente resistencia por parte del grupo. Además, no tiene coraje para hablar con la superiora, ante quien se siente insegura y es como si temiera su reacción. La hermana Inés no está tranquila; siente mucha rabia por toda la situación así como por considerarse tonta por no lograr entablar un diálogo. Reaparece la dificultad de la masturbación que había experimentado en el tiempo de la adolescencia. Esto la hace sentir muy humillada y culpable, y su estado interior se vuelve aún más penoso.

---

4 Cfr. MITCHELL S.A., *Gli orientamenti relazionali in psicoanalisi: per un modello integrato*, Boringhieri, Torino 1993, p. 5.

5 Cfr. FAIRBAIRN W.R.D., *Studi psicoanalitici sulla personalità*, Boringhieri, Torino 1977 (la primera edición es del 1952).

\* *No subestimar el hecho masturbatorio.* Cuando es abordado rápidamente con la intención de hacerlo desaparecer inmediatamente o se exige un esfuerzo de la voluntad, evitando el pasaje previo de la relectura del hecho, éste puede desaparecer pero como no ha sido comprendido, con el tiempo puede ensombrecer otras áreas de la personalidad. Pensemos por ejemplo en ciertas relaciones «espirituales», demasiado cercanas y vinculantes, que pueden esconder motivaciones de tipo manipulatorio, seductivo, dominante, o en intereses morbosos e insistentes por ciertas actividades y temáticas culturales que de alguna forma tiene que ver con el tema sexual. Y todo esto se puede dar también en el caso de la persona que tiene una vida casta.

\* *Evitar las trampas de la explicación instintiva.* «A los instintos no se los manda», «es más fuerte que yo», «la masturbación es solamente una descarga de tensión»... Son afirmación que se inspiran en un modelo «hidráulico» que en la actualidad es poco sustentable y que evita considerar la relación del acto en cuestión con la configuración general del yo. A nadie (a menos que sea psicótico) le es permitido cumplir acciones solamente instintivas. La pulsión que lleva a la masturbación existe pero no como una fuerza que ejerce presión sobre el aparato psíquico y que busca descargarse, sino como una modalidad que el yo activa en forma inconsciente cuando las circunstancias y los estímulos del ambiente sugieren este tipo de reacción. En la masturbación hay un yo que se sirve de un impulso y no un impulso que determina el yo. Aún cuando el acto se manifiesta con rasgos impulsivos o muy parecidos a la descarga pulsional, su fuente permanece el yo en su totalidad. Se debe subrayar la unidad del sistema del yo a cuya acción cada subsistema o componente contribuye con aquello que le es propio. Sin querer culpabilizar, la razón de la masturbación es atribuible al entero sistema del yo, a su capacidad de obrar en múltiples modos, entre los cuales el de tipo pulsional. Como consecuencia, el acto masturbatorio debería interpretarse no tanto en función de una descarga pulsional sino en un cuadro motivacional del yo. Para captar el cuadro motivacional del yo es necesario ver cómo la persona reacciona afectivamente a las circunstancias que vive, además de ayudarla a expresar sus deseos, sus necesidades, sus objetivos, y a darse cuenta de los obstáculos que enfrenta externa e internamente como de las modalidades con las que les hace frente.

\* *Desexualizar el problema y ampliar el horizonte.* La masturbación está en lugar de otra cosa: es una especie de caja de resonancia de problemas que residen en otro lado. Por ejemplo, puede satisfacer necesidades de dependencia o de agresividad, compensar una débil identidad, concretar fines de dominación... Lo que aparece es el comportamiento sexual pero su explicación debe ser buscada en otras áreas de la personalidad. Esto vale sobre todo para el joven adulto, donde a menudo el impulso masturbatorio inicial emerge a raíz de una experiencia no vinculada a la esfera genital como el aburrimiento, la ansiedad, la soledad, la rigidez en el rol, un enfoque de la vida excesivamente frío y/o intelectual... La hermana Inés resuelve sus problemas inconsciente y aparentemente por medio de una estrategia regresiva que la lleva a replegarse en su yo: la relación comunitaria/interpersonal es conflictiva y no

satisfactoria, por lo que evita el desafío y la provocación que la alteridad representa, mimándose a sí misma. Pero el acto masturbatorio revela su engaño porque no da lo que promete.

\* *La solución del problema sexual* no necesariamente significa un mejoramiento de la personalidad global, ni siquiera desde un punto de vista vocacional. Alguien por ser sexualmente maduro no necesariamente vive mejor las relaciones desde el espíritu de la obediencia cristiana. No se puede decir "ya que la masturbación desapareció, la persona creció". Tampoco se puede decir "no existen debilidades sexuales por lo tanto la persona está sexualmente madura". De hecho, si la sexualidad es un medio de expresión puede suceder que el malestar de base permanezca inalterado; encontró solamente un medio de expresión distinto de aquel sexual (sustitución del síntoma). Puede suceder que mientras los problemas sexuales disminuyen, en la vida cotidiana aumenten las manifestaciones de intolerancia, agresividad, dependencia infantil, y que ante determinados estrés los problemas reaparezcan, generalmente en forma más grave.

## **Qué buscar**

Un buena pista es la frase ya citada: «la libido no está dirigida al placer sino al objeto». Por objeto de la masturbación entendemos aquello que tiene la capacidad de excitar y eventualmente de llevar al acto mismo. Se puede identificar al objeto poniendo atención a las fantasías que acompañan al acto masturbatorio.

§ El objeto que excita se vincula a una escena o a una persona de la vida real. Sin embargo, la escena o la persona no es revivida tal cual es sino que es re-elaborada por la fantasía, generalmente mejorada y en algo *exclusivamente* placentero. Lo mejor y lo placentero está en el hecho que el sujeto remodela el objeto según su propia conveniencia, lo fantasea en favor suyo, de su imagen personal. Por ende, es un objeto placentero porque «me» hace sentir a gusto aún si objetivamente puede ser un objeto impropio, o la persona implicada nos lo cuenta – a posteriori y en forma calma – como impropio también para ella. Con la fantasía del objeto «todo bueno» y con la fantasía de sí mismo también «todo bueno» puede dejarse llevar hasta el acto conclusivo de la masturbación. Por lo tanto, el placer no es solamente de carácter genital-sexual sino que está vinculado a la imagen mejorada de sí mismo. Por lo que renunciar al acto no significa solamente renunciar a una satisfacción genital sino re-encontrarse con la única imagen de sí que la vida real le permite concederse y que es siempre más débil de aquella elaborada en la fantasía.

§ Se fantasea con el objeto en forma tal de construir alrededor de él cierto tema erótico en el cual el protagonista es el sujeto que fantasea. Es difícil generalizar cuál sea el tema erótico que acompaña la fantasía masturbatoria, sobre todo porque varía según la etapa evolutiva en la cual se encuentra: el «film» elaborado por la fantasía de un adolescente es y

debería ser distinto de aquel que surge en la fantasía de un adulto y... todo adulto tiene su filón erótico preferido, es decir un pequeño grupo de objetos fantásticos vinculados al placer.

§ En el adulto joven sin embargo, es posible encontrar temas eróticos recurrentes. Sus «películas» tienden a ser re-elaboraciones fantásticas y evasivas respecto a la tarea típica de su edad. Sabemos por la psicología del desarrollo que «la» tarea propia de esa edad es la de darse una identidad realista y saberla mantener aún en las situaciones difíciles, sean internas o externas. Si el joven adulto no logra resolverlo en la vida real, lo hace con la fantasía. Por lo tanto el film dice algo sobre un yo que sabe mantener (en la fantasía) su identidad aún en situaciones de «choque eléctrico» (en la realidad). Es un film que casi siempre tiene un final feliz. Relata la identidad mantenida; no cuenta cuál es el dilema (la «descarga») que amenaza al yo en la vida real, aún si se lo puede intuir ya que a menudo es justo la otra cara de la medalla. Por ejemplo, fantasías de intimidad pueden compensar la soledad de la vida; escenas de un yo seductor pueden ser la otra cara de una vida real pasiva y sometida; la rabia reprimida produce fantasías eróticas de poder o de dominio; las dudas sobre las propias capacidades para amar se vuelven fantasías de conquista. La persona se da cuenta que se trata de un «film» placentero pero alternativo a la realidad: generalmente, después del placer del orgasmo se apodera un velo de «melancolía de realización», un sentido de mortificación que humilla. La atracción previa por el acto se transforma en aversión, no tanto y no solamente por el acto sino por la percepción inconsciente que se trata de una maniobra ineficaz.

§ Las sacudidas que en la vida práctica hacen vacilar la consolidación de la propia identidad pueden ser reconducidas a tres grandes dilemas: (1) el dilema de la «intimidad-aislamiento», que gira alrededor del desafío de saber estar junto a los otros y también sanamente solos (¿quién es el tú para mí y quién soy yo para él/ella?), (2) el dilema de la «industria-inferioridad», que gira alrededor de la capacidad de sentirse competentes aún cuando se reciben humillaciones (¿soy amable como persona o por los servicios que ofrezco?), (3) el dilema de la «iniciativa-culpa», que gira alrededor de la capacidad de no desanimarse y seguir intentando aún después del fracaso (¿sé reaccionar ante la desilusión?)... Preguntas embarazosas que hay que elaborar y que pueden encontrar respuestas tranquilizadoras en otros varios temas fantásticos: (1) fantasías de intimidad, (2) fantasías de rescate de sí; (3) fantasías de agresividad. Paradójicamente con la masturbación el sujeto puede satisfacer su deseo de encontrar a las otras personas y a las cosas de la realidad sin encontrarlas realmente, permaneciendo encerrado en su habitación. Abandonar la masturbación significa encontrarse con el problema del encuentro con el mundo real.

## Informaciones sobre el itinerario vocacional

A partir de lo que se ha dicho sobre la masturbación y las tareas/dilemas de vida, se puede hacer una hipótesis sobre la vinculación entre fantasías masturbatorias y tareas/dilemas requeridos por la vocación sacerdotal/religiosa. La masturbación, el contexto en el que ocurre y las fantasías que la acompañan pueden ser la otra cara de la moneda que indica cuál es la tarea vocacional específica y concreta que, en la realidad, es difícil realizar. Desde esta lectura, la masturbación no es solamente transgresión sino que indica cuál es el siguiente paso que concretamente, hoy, se debería hacer para profundizar la propia adhesión vocacional.

Pocos meses antes de la ordenación diaconal, un seminarista comenzó a masturbarse con cierta frecuencia. Le pareció un hecho raro ya que nunca antes se había presentado el problema con tanta urgencia. Sintiendo pánico, inició a dudar de la próxima ordenación y a pensar que quizás hubiera sido más honesto salir del seminario: estaba leyendo el fenómeno como un signo de no tener vocación. Cuando fue ayudado a revisar con calma y en frío su "película", resultó lo que sigue. Las ganas de masturbarse se le presentaban solamente los domingos de nochecita, cuando regresaba al seminario después de dos días de intensa actividad – que era más que nada dispersiva y superficial – en parroquia. Reingresaba por la noche, bastante tarde: seminario desierto, corredores oscuros, habitación fría, comedor vacío, nada de cena, ninguno con quien hablar... Le invadía un fuerte sentido de frío interior que activaba fantasías de ternura. Se imaginaba abrazado y acariciado por la muchacha que más lo había impresionado en parroquia: él no hacía nada pero el hecho de ser objeto de caricias y besos lo excitaba cada vez más. Cuando fue invitado a colocar estas imaginaciones en su estilo de ser más general, no tuvo dificultad para definirse como un tipo afectuoso y con facilidad para vincularse a los otros. También los superiores lo veían como un «hombre de comunión». Así, se encontró un nexo lógico entre el diaconado inminente, la masturbación y el espíritu de comunión: la fecha del inminente diaconado (con la relativa promesa de celibato) le proponía - ahora en clave emotiva y no solamente racional – avanzar en el ideal de comunión entendido no solamente como reciprocidad sino como un dar sin la pretensión de recibir. Esta percepción de una afectuosidad sin nada a cambio no lo encuentra preparado, y la ansiedad que le suscita se amortigua con fantasear aquel recibir que el celibato que ya llega no le puede prometer. La masturbación asume el significado de un acto nocturno de compensación afectiva después de las extorsiones «pastorales» sufridas durante el día, y plantea al joven la pregunta sobre su participación efectiva en la ordenación diaconal: cuántas veces, en los años de seminario, habló bien de su vocación pero sólo en forma intelectual! La masturbación puede ser vista, no únicamente como transgresión sino como provocación para asumir en forma personal la ordenación diaconal, poniendo «un plus» de sí mismo. Es evidente que en este tipo de lectura es determinante la relación que el consejero/acompañante, tiene con su propia sexualidad. Sería triste si este joven se encuentra con un acompañante demasiado rígido o demasiado condescendiente.

Es interesante la observación de W. Kraft: «el cristianismo es una religión encarnada y propone un camino hacia Dios que es también encarnado. Sin embargo, nosotros minimizamos la encarnación de la espiritualidad. La carencia de una vida cristiana integral puede causar muchos problemas, uno de los cuales es el impulso a la masturbación. Si la vida espiritual fuera más encarnada, habría menor necesidad de recurrir a la masturbación. Una espiritualidad desencarnada (como también una encarnación privada de la dimensión espiritual) produce frustración y tensión, que son las causas comunes de la masturbación»<sup>6</sup>.

---

6 KRAFT, W.F., «A psycho spiritual view of masturbation», en *Human Development*, 2(1982), pp. 39-45 (cita p. 41).

## El contexto de la masturbación

Para entender el significado de la masturbación, el mismo autor nos aconseja poner atención a los siguientes elementos.

*Esquemas recurrentes.* A menudo hay determinados momentos y lugares, emociones y estados de ánimo que preceden, con cierta regularidad, el acto masturbatorio. Saberlos, ayuda a auto-gestionarse.

*Edad.* La masturbación es más comprensible en la adolescencia que en la edad infantil, así como los motivos de los adultos deberían diferir de aquellos de los adolescentes.

*Frecuencia.* Recurrir a la masturbación una vez al mes es distinto de masturbarse una vez a la semana. En este último caso se puede sospechar que la compulsión sea mayor y menor la capacidad de tolerar la tensión.

*Intensidad.* El tiempo, así como la cantidad y calidad de la auto-implicancia influyen en el tipo de efecto que la masturbación tiene en la vida del individuo. Una persona que se masturba por una hora cada día, con intensas fantasías que son su única fuente de intimidad, se diferenciará en forma significativa de una persona que no se masturba frecuentemente y que vive sanas experiencias de intimidad.

*El uso que la persona hace de la masturbación.* Usarla para reducir la tensión tan pronto como ésta aparece, o para explorar las sensaciones y las fantasías genitales sin la vulnerabilidad y el riesgo que las relaciones interpersonales conllevan, es diferente del caer en un momento de debilidad.

*Hábito.* Cuanto más se ejercita la masturbación más difícil se vuelve controlarse y dejar de hacerlo. La masturbación procura una satisfacción inmediata que refuerza el hábito y aumenta la probabilidad de que ocurra nuevamente.

*El tipo de culpa asociada.* Experimentar culpa por haber infringido una regla (reacción infantil) o porque no somos más perfectos (reacción adolescente) es distinto del hecho de advertir que nos estamos comportando en una forma que desvaloriza nuestro auténtico valor.