

## PSICOLOGÍA DE LO MASCULINO

Hombre y mujer estamos configurados por esquemas distintos.

Nuestro cuerpo, estructura cerebral, habilidades básicas genéticamente heredadas, comportamiento colectivo, nuestras emociones, preferencias, patrones de relación dominantes, actitudes y hasta padecimientos más comunes, exponen radicales diferencias ligadas al género.



### El comportamiento del Hombre

La naturaleza del macho de la gran mayoría de las especies que pueblan el planeta, incluyendo la especie humana, es similar.

El macho está programado para la cacería. Sus labores principales al ubicarse como la cabeza del clan o familia son Proveer y Proteger.

Cualquier trastorno en el ejercicio de de estas actividades, suscita en él extrema frustración que con frecuencia se traduce en depresión, comportamiento agresivo o fuga.

La pérdida de un empleo, las dificultades económicas y las demandas de los miembros del hogar que por momentos resultan difíciles de satisfacer, equivalen a su juicio a fracasar como hombre. Revirtiéndose entonces hacia la negatividad, la ansiedad y el aislamiento.

Para reconstruir su auto-estima herida, el varón requiere enfocar su visión y empuje

hacia nuevas metas realistas, que le permitan palpar su progreso.

La comprensión y apoyo de la pareja resulta esencial para devolverle la confianza en su capacidad de enfrentar con éxito las situaciones difíciles y su habilidad para salir adelante.

Una tabla organizada Esfuerzo-Beneficio sería de gran utilidad para un conteo objetivo de aquellas actividades en las que ocupa su tiempo y las ganancias económicas, emocionales, intelectivas o físicas que esa faena le reporta.

### Pensamiento Masculino



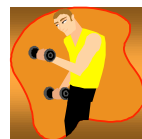
#### 1) El Trabajo.

Trabajar es más que simplemente ganar dinero o convivir socialmente, desde el punto de vista de la masculinidad.

Para el hombre, es una extensión y definición de sí mismo, una prueba contundente de su ingenio, resistencia y superioridad dentro de un gremio, un ejemplo de su supremacía y liderazgo.

Cuando las dificultades en el núcleo familiar están relacionadas con el tiempo que el varón destina a su oficio, a él le costará comprender por qué en vez de premiársele al esforzarse por el bienestar de su familia, se le recrimina por ello.

Penetrar la disparidad entre las necesidades básicas de hombre y mujer, podría aminorar la frecuencia y magnitud de los enfrentamientos.



#### 2) El Deporte.

Muchas mujeres suelen sentir que además de perder la competencia con el trabajo del hombre también rivalizan con

su afición deportiva.

Durante siglos, los varones tuvieron la oportunidad de poner a prueba sus habilidades espaciales (virtud destacada del cerebro masculino) mientras desarrollaban el arte de la cacería.

Hoy día, en una cultura mucho más sedentaria, los caballeros precisan cultivar su competitividad y ejercitar el área espacial (dominante en el cerebro masculino) a través del desafío deportivo.

El Deporte permite al varón poner a prueba sus destrezas, liberar tensiones, además de mantener su cuerpo en forma.

La mujer que comparte sus aficiones en vez de criticarlas, es altamente valorada por ellos.

#### 3) El Sexo.



Desde tiempos primitivos el cerebro masculino se ha configurado a favor de la poligamia sexual, respondiendo a la necesidad de supervivencia de la especie.

La semilla del hombre requería ser depositada en todas las hembras fértiles posibles, para asegurar su descendencia.

Aunque hoy día las prioridades de la raza humana se han modificado, el instinto con suma frecuencia prevalece.

El hombre es una criatura visual. Y las tentaciones lo rodean por donde quiera que anda.

Esto no significa que los señores no estén interesados en recibir amor y entregar su cariño, que no respeten a las mujeres o que no pretendan cumplir con sus compromisos maritales. Implica que deben imponer su

voluntad a los llamados incesantes de la naturaleza y dar salida a sus instintos con su compañera sentimental, tan frecuentemente como sea posible.

Si están más interesados en el sexo que ellas, es porque su naturaleza lo exige, porque tienen mayor estímulo erótico a su alrededor y porque el coito les ayuda con eficiencia a reducir el stress diario, a sosegar y distraerse mentalmente.

### Padecimientos Frecuente



El sexo fuerte suele desarrollar, con más frecuencia que la fémina, desórdenes relacionados con el stress y la ansiedad.

Cardiopatías, complicaciones coronarias, hipertensión, conducta colérica, disfunción sexual y trastornos del sueño, son de lo más común en el gremio.

También tienen mayor predisposición a caer presa de las adicciones, porque tienen mayor urgencia por escapar de las presiones cotidianas.

Los grupos de apoyo, son de incommensurable ayuda en estos casos.

### DIANA CASTRO BARCALA

Psicóloga Clínica y Psicodramatista, Diplomada en Terapia Familiar Sistémica, con 12 años de experiencia en práctica privada, impartiendo Psicoterapia Psicoanalítica Individual y de Pareja.

Ex Miembro del Instituto Mexicano de Tanatología y, actualmente, Miembro del Centro Mexicano de Estudios Psicodramáticos (CEPSI)

### Ponencias y Talleres impartidos a nivel Internacional:

- Instituto de la Familia A. C. (IFAC) México, D. F.
- Centro de Atención Integral Colonia Roma. México, D. F.
- La Madriguera. México, D. F.
- III Congreso Iberoamericano de Psicodrama en Póvoa de Varzin, Portugal.
- XV Congreso de la Federación Latinoamericana Analítica de Grupo (FLAPAG) en Zacatecas, México
- IV Congreso Iberoamericano de Psicodrama en Buenos Aires, Argentina.
- XVI Congreso de Psicoterapia Analítica de Grupo en Panama City, Panamá.
- V Congreso Iberoamericano de Psicodrama en Seattle, USA

### Contáctate!

**San Antonio, Texas:**

(210) 630-0165

(210) 858-6702

**México, D.F.:**

25 81 33 99 Clave 55 54 33 65 80

Móvil 044 55 54 33 65 80

[correo@dianacastro.com](mailto:correo@dianacastro.com)



CONSULADO GENERAL DE MÉXICO

PRESENTA EL BOLETÍN

**PSICOLOGÍA DE LO**

**MASCULINO**



**POR LA PSICÓLOGA CLÍNICA  
DIANA CASTRO BARCALA**

**Consulado General de México  
San Antonio, Texas**

127 Navarro St., San Antonio, Texas 78205

Tel: 210-227-9145

Extensiones: 225 y 230

FAX: 210-227-1817

[www.consulmexsat.org](http://www.consulmexsat.org)



**Horario de atención al público**

de lunes a viernes de 8:30 A.M. a 2:00 P.M