



UMA ANÁLISE DOS ASPECTOS PSICOSSOCIAIS DO PRAZER SEXUAL FEMININO

Resumo

Bárbara Queiroz Raspante
Thaís Malucelli Amatneeks

Os papéis de gênero e concepções acerca da sexualidade fazem parte de um processo de construção contínuo que tem início na tenra idade. Ainda nos dias atuais, a sociedade tende a reprimir a sexualidade feminina, sendo as garotas persuadidas a negligenciar o próprio prazer, gerando dúvidas e sentimentos negativos. Não há, deste modo, incentivos para que o próprio corpo seja explorado. Diversos estudos abordam as disfunções sexuais na esfera biológica, sendo menos comum encontrar materiais que priorizem aspectos psicológicos do prazer e desprazer, invalidando o fato de que a construção social influencia pensamentos e crenças, e que estes são capazes de estimular sensações e precipitar os comportamentos sexuais das mulheres. Sendo assim, a partir de uma revisão bibliográfica exploratória, este trabalho tem por objetivo investigar aspectos psicossociais relacionados ao prazer sexual feminino. Dentre os fatores psicológicos que tendem a inibir a vivência de prazeres, destacam-se: sentimentos de culpa e vergonha; dificuldades de comunicar desejos e vontades ao parceiro; medo de engravidar, ser infectada ou sentir dor; histórico de abuso sexual; traumas de relacionamentos passados; e educação sexual distorcida. A falta de conhecimento sobre o corpo da mulher também é um elemento preceptor de insatisfação sexual. Estudos apontam que demonstrações de afeto, compreensão, diálogo e fantasias sexuais compartilhadas são aspectos facilitadores do prazer. Além disso, realizar ações conjuntas diferenciadas auxilia na manutenção do desejo sexual. Por vezes, o orgasmo é visto como um objetivo que precisa ser alcançado durante o sexo. Porém, a expectativa de orgasmo feminino está intrinsecamente relacionada aos relatos de vivências de outras mulheres, o que tende a dificultar a obtenção de prazer sexual, uma vez que limita as formas singulares de satisfação. Deste modo, a masturbação pode ser considerada uma prática necessária que auxilia no reconhecimento de áreas erógenas. É importante considerar que, tratando-se de um processo de aprendizagem e formulação de crenças, a intervenção de um psicólogo parece fundamental. Na terapia sexual, além da psicoeducação, estimula-se a prática de hábitos mais saudáveis e modificação de esquemas disfuncionais que interferem negativamente no desempenho sexual. Em alguns casos, ainda, recomenda-se psicoterapia de casal. Outro benefício da psicoterapia é a aprendizagem de técnicas de relaxamento e desenvolvimento de habilidades sociais que facilitam a comunicação com o parceiro, além do encorajamento da autonomia e liberdade que permite a tomada de iniciativa da mulher. Conclui-se, portanto, que o prazer sexual feminino interfere diretamente na autoestima e qualidade de vida das mulheres, portanto, deveria ser um campo de estudo mais valorizado nas áreas da saúde, principalmente na psicologia.

Palavras-chave: sexualidade feminina; prazer sexual; terapia sexual.