

# LA AMISTAD, EL AMOR Y EL SEXO EN TIEMPOS DE COVID19

Clara Gonzalo Montesinos

Psicóloga

# UN PUNTO DE PARTIDA

## LOS GRANDES MOTORES DE LA VIDA



¿Sabes desde dónde te mueves?



# ¿AMISTAD SIN CONTACTO?

¿Es posible?

¿Qué significa distancia social?

¿Reinventar el lenguaje (verbal y no verbal)?

¿Las miradas deben hablar?



# ¿EN QUÉ SITUACIÓN ESTÁS?

---

- Vives con tu pareja
- Tienes pareja pero no vives con ella
- No tienes pareja y no estás en búsqueda, solamente quieres sexo
- Buscas amor y sexo



# A TENER EN CUENTA

- Se contagia mediante:
  - Saliva
  - Mucosa
  - Heces
- No se contagia mediante:
  - Fluidos sexuales
  - Caricias con manos limpias
  - Miradas cómplices
  - Palabras bonitas
- Consejos:
  - Si vives con tu pareja cuídala, explora cosas nuevas, busca nueva sensualidad.
  - Si no vives con tu pareja aprovecha para conocerla más en todos los aspectos.
  - Si buscas sexo mide las consecuencias y actúa cívicamente y con protecciones.
  - Si buscas amor aprovecha las tecnologías para ahondar en las personas, conocerlas bien y si es tu amor esperará para poderte tocar sin que haya peligro.

# ... Y RECUERDA

---

El amor no se encuentra, se construye.

¿Empezamos construyendo el amor propio?

ENTONCES... ¿QUÉ  
PODEMOS  
HACER?



Mímate, arréglate, siéntete sexy.



Autoexploración del placer.



El coito refuerza las defensas.



Tener tiempo te ayuda a no precipitarte, conocer bien a las personas y poder construir algo bonito juntos.

# ACUERDOS PARA SER MÁS FELIZ



Cuida tu lenguaje



No te tomes nada personalmente



No supongas



Da siempre lo mejor de ti



GRACIAS

---