



Si bien los conceptos tradicionales de masculinidad y feminidad estaban especialmente enfocados en el rol que a cada persona se le asignaba dentro de la conformación de las viejas familias tradicionales, también encorsetaban, de alguna forma, la relación con uno mismo.

El caso es que, en estos tiempos de cambios constantes, estamos siendo testigos del surgimiento de nuevas masculinidades, masculinidades capaces de replantearse cuál es la posición que han estado ocupando sus abuelos, padres y hermanos mayores, para allanar el camino hacia la igualdad de género, en la búsqueda de que ésta sea realmente efectiva algún día.

En este sentido, los especialistas de [Dyadis](#) nos traen algunas ideas que deberíamos tener en cuenta cuando se trata de buscar centros de psicoterapia en los cuales se evidencia una perspectiva de este tipo, tanto dirigida a hombres como a mujeres, que no escape a lo que se experimenta en la calle.

Para ello, nos proponen partir de una frase tan repetida como falsa, aquella que sostiene que “los hombres no lloran”, un cliché que ha provocado muchísimo daño con el correr de las generaciones, uno que el movimiento feminista, como así también la psicología, están ayudando a derribar con el paso del tiempo, dejando en claro que ese imaginario colectivo no podría estar más errado.

De hecho, entre las numerosas consecuencias negativas de aquellas teorías, tenemos la ya conocida censura emocional, por la que hombres de todo el mundo, incluso probablemente algunos de nuestras familias, han estado restringiendo su posibilidad de enseñar qué sentían.

Esto poco tiene que ver con las hipótesis actuales de las nuevas masculinidades, que rápidamente señalan que, en pos de mantener esa fortaleza tan propia de los hombres, se quita lugar a sensaciones tan humanas como nosotros mismos: el miedo, la duda o la tristeza.

Lamentablemente, esa represión de los sentimientos acaba exteriorizándose, en más de una ocasión, de la peor forma posible, con el paciente entregándose al consumo de alcohol, tabaco o cannabis, por mencionar sólo algunas de las malas prácticas en las que pueden encontrar desahogo.

Por supuesto, las [nuevas masculinidades](#) también son esenciales para sentar las bases de las relaciones interpersonales, que han estado afectadas por décadas de un patrón de

comportamiento limitante, sometido a la presión grupal, y al intento de estos hombres por agradar a otros, como sea.

En este punto, el papel de la psicoterapia para deconstruir se antoja fundamental, ya que asuntos no menores como la identidad de género, la orientación sexual y hasta la expresión de género pueden ser determinantes a la hora de lograr la calidad de vida deseada.

Lo que ocurre es que hemos estado años construyendo una personalidad que no sólo comienza a quedar a contramano del indetenible camino que ha tomado el mundo y la mayoría de las sociedades sino, lo que es igual de malo, una personalidad que lesiona nuestra emoción.

Un centro de psicoterapia especializado en las nuevas masculinidades es, probablemente, la opción más recomendable para quienes estén atravesando este proceso de replanteos tan necesarios.