

*Dr. Alexander Rúa y Dra. Dóricy Esquilín*

*Coach de Matrimonios*

www.dlcconsultantsinc.com  
dradorily@dlcconsultantsinc.com  
(407)- 719-2472

## **“Entendiendo la tentación sexual en el matrimonio”**

**Tentación sexual:** Impulso y necesidad física, deseo y atracción desenfrenada, presión ante un estresor externo o interno que nos separa de manera emocional-física-espiritualmente de nuestra pareja. A menudo se relaciona con el ceder emocional y físicamente con otra persona que no es tu cónyuge. La tentación sexual tiende a ser una puerta para el adulterio.

### **¿Qué factores llevan al hombre o a la mujer a ceder ante la tentación sexual?**

- Problemas de comunicación con su pareja.
- Cuando uno de los dos está insatisfecho en la relación.
- La falta de intimidad emocional y de pasión sexual.
- Los conflictos severos sin resolver.
- Cuando se enfría el amor a causa de la rutina y de la costumbre.
- Cuando la pareja no se pone de acuerdo y toma esto como excusa para dejar de trabajar arduamente en su matrimonio.
- La pareja no se entiende ni se atiende el uno al otro.
- Expectativas emocionales que no son llenadas por la pareja.
- Cuando hay abuso presente en la relación.

### **¿Qué otros factores consideras que son razones por las que hombres y mujeres ceden ante la tentación?**

### **¿Qué hacer para evitar la tentación sexual?**

- Cuida donde frecuentas, con quien te relacionas, con quien hablas sobre tu vida y no te espongas.
- Cuida la estabilidad emocional de tu relación matrimonial.
- Cuida tu intimidad sexual en casa. A menudo, la frustración sexual lleva a ceder ante la tentación sexual fuera de la relación.

*Dr. Alexander Rúa y Dra. Dórily Esquilín*  
*Coach de Matrimonios*

www.dlcconsultantsinc.com  
dradorily@dlcconsultantsinc.com  
(407)- 719-2472

- Conversa con tu pareja si estás sintiendo insatisfacción en la relación o tus expectativas no están siendo llenadas.
- No compartas tus luchas matrimoniales con cualquier persona. Hazlo con tu pareja.
- Cuida tus ojos: lo que ves en la televisión y en el internet. Cuida lo que llevas a tu mente y a tu corazón.
- Cuida tus emociones y tus sentimientos, al igual que los de tu pareja.
- Cuida tu vida espiritual.

**Tarea semanal:**

¿Está siendo tentado (a) sexualmente?

¿Qué pasos debes tomar para no ceder ante la tentación? Si ya cediste a la tentación, es importante buscar ayuda para responsablemente rendir cuentas a su pareja y comenzar a sanar la relación.

*Dra. Dórily*

**DLC**  
CONSULTANTS INC