

DISTURBI SESSUALI

Il sesso è un argomento che impregna il tessuto culturale in ogni sua forma. I dati clinici riflettono **un aumento delle difficoltà di relazionarsi sessualmente in modo adeguato.**

Nei disturbi sessuali intervengono **fattori biologici, psicologici e culturali** che riguardano la persona nella sua **unità mente-corpo**, le difficoltà possono essere generalizzate o situazionali, possono riguardare specifiche fasi del ciclo di vita o possono essere legate a difficoltà generative per infertilità.



Nell'uomo l'**impotenza** può essere vissuta come una grande frustrazione che causa **senso di colpa ed umiliazione**, percepire la propria virilità come valore fondamentale ed unico dell'essere maschio, incrementa notevolmente la possibilità di **vivere il rapporto sessuale solo come performance e prova di mascolinità**, questo innesca meccanismi a cascata che incrementano l'ansia da prestazione.

Nel mancato controllo dell'eiaculazione si possono avere **profondi vissuti di insicurezza e paure** che trasformano l'atto sessuale in un **esame** il cui esito influenza moltissimo l'autostima.

Chi soffre di **eiaculazione precoce** spesso vive una situazione di ansia da prestazione, possono anche essere presenti vissuti di **paura nei confronti di partners più disinibite o giudicanti.**

Al contrario possono esserci invece uomini che hanno sviluppato un **ipercontrollo dell'eiaculazione**, arrivando così all'**incapacità di lasciarsi andare emotivamente.**

Una diffusa problematica femminile riguarda il **vaginismo**, caratterizzato da spasmi muscolari involontari della vagina che impediscono di fatto la penetrazione, **la paura di provare dolore durante il rapporto sessuale** costringe la donna ad evitare i rapporti completi.

Chi ne soffre non riesce a lasciarsi andare e sperimenta solo parzialmente la possibilità di vivere la propria femminilità.

Nella **anorgasmia** si verifica la **difficoltà di raggiungere l'orgasmo**, di lasciarsi andare, si prova piacere ma non ci si abbandona completamente alle sensazioni corporee ed alle emozioni, forse per condizionamenti culturali, per traumi o per vergogna.



Le persone che **vivono la propria sessualità con sofferenza ed in modo poco soddisfacente** spesso tengono nascosto il problema perché **provano imbarazzo e paura.**

Questo è uno dei motivi per i quali **si tende a chiedere un intervento psicologico quando il problema inizia a diventare persistente ed il disagio inizia ad essere un peso troppo grande per la persona che lo vive.**

Uno dei fattori che determinano il successo dell'intervento psicologico è la **motivazione intrinseca** della persona, volta a risolvere la propria condizione di disagio.

L'era del virtuale sembra aver condizionato molto gli aspetti più importanti della comunicazione umana spesso **regalando illusioni** che nulla hanno a che vedere con la relazione umana in senso reale e sessuale.

La possibilità di svincolarsi dai limiti spazio-temporali tende a conferire ai naviganti di Internet, **una sensazione di onnipotenza oltre ad un vissuto di onnipresenza virtuale** all'interno dei più svariati social network.

Questa dimensione può compromettere a volte la **capacità di relazionarsi e di sintonizzarsi emotivamente con l'altro** (non self) nella vita quotidiana e reale **anche per ciò che concerne gli aspetti sessuali**.

I social network sono come una grande vetrina e tutto sembra roteare attorno ad un estremo bisogno "istrionico" di essere sul "palco della vita", sempre osservati da tutti e osservando tutti.



Molto di ciò che circonda i giovani è omologato, sembra mancare l'originalità e la passione vera, sembra mancare ogni iniziativa diversa che sappia far riassaporare **il vero "esserci nel mondo"**, magari senza un computer collegato alla rete.

Essere disinibiti e anonimi è uno dei comportamenti tipici adottati nei contatti sessuali virtuali che però non può servire molto nella realtà, infatti i comportamenti da adottare per instaurare buone relazioni, **necessitano di tempi e modalità molto differenti**, forse a volte accantonate dagli adulti o purtroppo, mal assimilate dai giovani.