



La **PSICOSESSUOLOGIA**, una medicina per **L'AMORE**

Se i problemi della sfera sessuale sono di natura psicologica sono possibili percorsi riabilitativi di coppia

Come ogni funzione esistenziale anche la sessualità si è evoluta ed è diventata un "territorio" culturale, con tre diverse funzioni.

La prima è quella **relazionale**, che consiste nell'incontro e nella condivisione dell'esperienze sessuali.

La seconda funzione è quella **riproduttiva**, che all'interno della coppia coinvolge entrambi i partner.

Infine la sessualità ha una funzione che possiamo definire **ludica** e che consiste nel darsi reciproco piacere.

L'assunto che la sessualità sia un fatto culturalmente determinato, permette alla psicologia ed alla psicoterapia di sperimentare e definire una serie di percorsi di "**riparazione**", qualora nell'ambito della coppia emergessero delle disfunzioni sessuali. La disciplina che si occupa di questo settore è chiamata psicosessuologia.

Il termine inglese per definire questi percorsi è appunto "counselling psicosessuologico", che definisce un'attività professionale svolta da uno psicologo e psicoterapeuta che dopo aver diagnosticato, con gli strumenti in suo possesso, un disturbo sessuale a preponderante componente psicologica, tende ad orientare, sostenere e contribuire a risolvere le problematiche che sottendono il disturbo stesso.



Le **cause squisitamente psicologiche** possono essere molteplici: si va da eccessivi livelli di ansia di stato (la cosiddetta ansia costituzionale) che si manifesta in qualsiasi attività il soggetto intraprenda, o di ansia di tratto (la cosiddetta ansia prestazionale) che si realizza solo in determinate situazioni; passando poi ad una educazione ricevuta molto rigida in ambito sessuale piuttosto che ad esperienze sessuali di abuso in età infantile o adolescenziale.

I pionieri di queste terapie sono stati due ricercatori americani, William **Masters** e Virginia **Johnson**, che per primi, negli anni '60 e '70, studiarono il funzionamento del rapporto sessuale in soggetti volontari. I loro studi aprirono una strada in un campo, quello della sessualità e dei suoi disturbi, considerato all'epoca un vero e proprio **tabù**, di cui si parlava poco, partendo dal presupposto che tra un uomo ed una donna non vi dovessero essere, per definizione, mai problemi da quel punto di vista.

I loro studi pionieristici furono poi successivamente perfezionati da un'altra studiosa americana, Helen **Kaplan**.

Questi studiosi hanno previsto **vari percorsi riabilitativi di coppia**, basati su semplici tecniche di psicoterapia comportamentale, volti a risolvere le varie problematiche sessuali in cui predominava la componente psicologica: dal calo del desiderio sessuale ai problemi di erezione e di eiaculazione precoce, nell'uomo, alla frigidity e alla dispareunia (rapporti sessuali dolorosi) nella donna.

Ovviamente da allora la psicosessuologia ha fatto ulteriori passi avanti, implementando le sue conoscenze ed applicazioni terapeutiche, ma i principi fondamentali di questa disciplina sono da fare risalire alle prime esperienze cliniche degli anni '60 di Masters e Johnson.

