

ISTITUTO DI PSICOSINTESI



XXIII Congresso Nazionale

"I Volti del Potere"

24-27 Aprile 2008

Castiglione della Pescaia - Hotel Riva del Sole

con la partecipazione della Società Italiana di Psicosintesi Terapeutica



POTENZA E IMPOTENZA SESSUALE

*Relazione a cura di Claudia Galli,
psicologa e psicoterapeuta psicosintetista, sessuologa*

POTENZA E IMPOTENZA SESSUALE

Relazione a cura di Claudia Galli, psicologa e psicoterapeuta psicosintetista, sessuologa

PREMESSA

Per la trattazione di questo argomento, oltre a considerare il tema della potenza e dell'impotenza sessuale secondo le teorie e il modello clinico psicosintetici, ho preso importanti spunti teorici e metodologici derivanti dalla sessuologia clinica.

Ciò che andrò a discutere, sarà quindi una rielaborazione di diversi aspetti, psicosintetici e sessuologici, che trovano un denominatore comune nella sofferenza psicologica e relazionale che si manifesta attraverso la sintomatologia sessuale.

I fondamenti teorici su cui si basa la psicoterapia sessuale, sono infatti strettamente in linea con la Psicosintesi per ciò che riguarda l'attenzione alla persona nella sua totalità, considerata essere sociale e relazionale con una propria dimensione soggettiva.

Lo stesso disagio che trova espressione nella sfera sessuale (così come nel più ampio ambito relazionale di coppia), può essere trattato grazie alla psicoterapia psicosintetica, includendo teorie e pratiche della psicoterapia sessuale e relazionale.

Per impotenza sessuale (individuale o di coppia), s'intende *"l'incapacità di essere e sentirsi completamente uomo o donna, che nasce dalla reale o presunta compromissione di uno o più fattori che definiscono la risposta sessuale maschile o femminile in un determinato contesto socio-culturale"* (Rifelli G.).

Questa definizione rimanda alla compresenza di diversi elementi: oltre ad un'alterata risposta sessuale, che si manifesta come sintomo fisico (reale o presunto), esiste un vissuto personale di sofferenza psicologica e mancato riconoscimento della propria identità sessuale, nonché una dinamica relazionale che si esplica nel rapporto con l'Altro e nel contesto socio-culturale di appartenenza.

Il concetto di impotenza sessuale non viene dunque limitato al deficit erettivo, ma compreso in una elaborazione più ampia, in cui il sintomo può essere diverso (insufficienza erettile, eiaculazione precoce, dispareunia, vagismo...), pur riportando sempre a livello somatico, un disagio psicologico, individuale e relazionale, associato ad una rappresentazione cognitiva e socio-culturale della propria sessualità e identità.

L'impotenza è dunque un sentimento di mancata possibilità di essere e di agire: la disfunzione sessuale porta l'individuo ad una perdita della propria identità sessuale e di conseguenza anche personale. Il sintomo sessuale è un aspetto, spesso il più evidente, di un disequilibrio individuale e relazionale: per questo è un simbolo di cui va compreso il significato.

La sintomatologia sessuale quindi, così come i sintomi di carattere ansioso o depressivo, non definisce in sé la "malattia", la quale va intesa come una condizione che interessa tutta la persona nei suoi livelli fisico, emotivo, mentale e spirituale. Il sentimento di impotenza si riflette nel complesso dell'individuo, minando la rappresentazione che si ha di se stessi e mettendo in discussione la propria identità personale, la quale comprende e si definisce anche in quella più propriamente sessuale. Recita in proposito U. Galimberti:

“La malattia, prima di essere il campo della competenza dei medici, è il punto di crisi di una biografia”.

Va però anche precisato, che non sempre una disfunzione a livello fisico della funzione sessuale, si correla a disagio psicologico: ciò che a livello clinico si definirebbe come patologia, potrebbe non ingenerare uno stato di malessere emotivo nella persona e/o nella coppia, tanto da non comprendersi in una impotenza sessuale. È il caso delle perversioni sessuali, o senza entrare nel merito di patologie così profonde, il deficit non porta al senso di impotenza, perché la persona (o la coppia), ha trovato una modalità, un compromesso, col quale vivere serenamente la propria sessualità. L'eiaculazione precoce si presta come esempio: relativamente all'atto sessuale, “precoce” si definisce in base al grado di soddisfazione personale e del partner. Come può essere soddisfacente un rapporto penetrativo di qualche minuto perché entrambi raggiungono l'orgasmo in quel tempo, così potrebbe non esserlo se nonostante un tempo ritenuto “normale”, tale non è considerato sufficiente.

Perché la presenza di un sintomo sessuale si traduca in un vissuto di impotenza, è quindi necessario che la modalità con cui si agisce la propria sessualità, non coincida con la rappresentazione che si ha, di come dovrebbe essere e manifestarsi la sessualità in rapporto e se stessi e nella relazione di coppia.

Se la risposta sessuale è un modo di essere nel mondo, in cui si riconoscono elementi di natura fisica, emotiva, cognitiva, comportamentale e relazionale, una disfunzione sessuale è parte di una patologia dell'esistere che va compresa in una dinamica complessiva della persona e della coppia.

Di conseguenza, di fronte alla persona o alla coppia che chiede aiuto in relazione ad una disfunzione sessuale, il percorso psicoterapico ha il compito di far riappropriare la potenza sessuale, grazie all'integrazione di tecniche sessuali specifiche e del modello psicosintetico nel suo complesso. La terapia sessuale può essere infatti integrata alla psicoterapia psicosintetica, perché nel percorso che prevede l'analisi e la sintesi delle componenti dell'individuo e un processo di conoscenza e integrazione delle funzioni psichiche e dei livelli di personalità, il sintomo sessuale viene compreso in una dinamica ampia dell'agire nel mondo della persona e della coppia, considerato elemento di lavoro per giungere alla risoluzione dello stato di malessere.

In sessuologia, un aspetto rilevante del percorso psicoterapico, consiste “nell'educazione” alla sessualità, la quale non può essere ridotta a mezzo per procreare o come ricerca finalizzata al piacere. Lo stesso dicasi per la Psicosintesi, che intende l'educazione come possibilità di donare all'altro, elementi di elaborazione e comprensione di sé, di sviluppo del proprio essere nella sua totalità. La sessualità, in quanto relazione e mezzo di comunicazione, dà la possibilità di conoscere l'altro e se stessi attraverso la propria e l'altrui dimensione corporea: educare ad una sessualità piena e matura, significa dare alle persone la possibilità di viverci in maniera più completa e armonica. Ciò che lo psicoterapeuta può offrire è un altro modo, più ampio e completo, perché la sessualità possa essere vissuta negli aspetti relazionali e comunicativi, come possibilità di manifestare le proprie emozioni, venire in contatto con il desiderio e il campo dell'immaginazione, provare piacere attraverso il proprio corpo e quello dell'altro.

Educare dunque, significa dare elementi che contribuiscono a formare la propria personalità, integrandone tutti gli aspetti e i livelli: concezione molto affine alla Psicosintesi, la quale sottende tra i suoi metodi di azione, anche quello dell'educazione integrale, la quale può essere offerta all'adulto, come a bambini e adolescenti.

Nell'ambito della sessualità infatti, sono infiniti i pregiudizi, le convinzioni, le leggende a cui le persone danno credito e che influenzano fortemente il vissuto e l'esperienza sessuale/relazionale. È indispensabile comprendere, per la buona riuscita della terapia sessuale, a quale sistema di valori e credenze la persona e la coppia fanno riferimento. L'ansia, il senso di colpa, la confusione, il rimorso, l'apprensione e tutti i sentimenti percepibili come legati al sesso, possono allora apparire come parti legate alla vita sessuale e non come un suo fallimento.

Cosa può quindi intendersi come "potenza sessuale"?

È la possibilità di sentire e manifestare le proprie emozioni, riconoscendo e condividendo quelle dell'Altro; è possibilità di contattare profondamente i propri desideri, vivendo intensamente la passione. Si dà voce e realizzazione all'immaginario sessuale, provando piacere attraverso il proprio corpo e grazie al contatto con l'Altro. C'è quindi la possibilità di sperimentare una relazione profonda e completa con l'Altro, manifestando insieme il proprio essere, perché potenza sessuale è capacità di essere e di agire.

La sessualità, quando viene vissuta nella sua completezza, è mezzo attraverso il quale creare sintesi.

BIBLIOGRAFIA

- Galimberti U. (2004), *Le cose dell'amore*, ed. Feltrinelli, Milano.
- Kaplan H.S. (1974), *Nuove terapie sessuali*, ed. Bompiani, Milano, 1976.
- Rifelli G., Moro P. (1990), a cura di, *Sessuologia clinica. 2. Impotenza sessuale maschile, femminile e di coppia*, ed Clueb, Bologna

