

Dott. Carla Anna Durazzi
Psicoanalista e Psicosessuologa
(Responsabile del Servizio di Psicosessuologia del Day Hospital - Centro di Andrologia di Milano)

CRISI DI COPPIA E PROBLEMI SESSUALI

Testo dell'intervista televisiva del 26.5.2000 e trasmessa il 3.6.2000

Credo sia utile fare una prima precisazione: quando si è davanti al problema di un organo che non funziona è necessario valutare la presenza di una patologia organica (malattie vascolari o neurologiche, diabete, ecc.). Tuttavia, nella stragrande maggioranza dei casi, la difficoltà ad avere rapporti sessuali soddisfacenti non nasce da una malattia dell'organo, ma da una sofferenza che riguarda le emozioni vissute nel rapporto sessuale.

Corpo e psiche continuamente interagiscono e s'influenzano e non funzionano mai in modo separato l'uno dall'altro. Per questo motivo, così come una sofferenza psicologica si fa sentire a livello di funzionamento dell'organo, così un organo sessuale malato (per cause organiche accertate) che non può quindi espletare pienamente le sue funzioni, certamente genera una sofferenza psicologica.

Ad esempio, in un'impotenza causata da un problema vascolare, la componente del disagio psichico è certamente importante e genera a sua volta una serie di conseguenze secondarie. La perdita della propria capacità sessuale può essere avvertita come una sorta di amputazione e può scatenare sentimenti depressivi che richiedono di essere presi in seria considerazione. Se questo non viene fatto il rischio è che l'uomo senta perduta tutta la sua identità e tutta la sua capacità relazionale ed affettiva, non riuscendo più a vivere nemmeno le parti di relazione possibile con la sua partner.

Anche le donne possono comprendere un vissuto di questo tipo se pensano, ad esempio, a quello che spesso accade a molte quando vanno in menopausa. Il vissuto di perdita della procreatività è percepito come una perdita globale di valore e di possibilità di essere amate, e se non riescono ad elaborare questa perdita si sottraggono al rapporto sessuale che è vissuto come assolutamente inaffrontabile.

La crisi nella coppia, quando si evidenzia a livello sessuale, segnala un problema affettivo che non riesce a farsi spazio nella coscienza, che non è preso in considerazione, che non ha, in poche parole, altra strada per emergere se non quella fisica: ecco allora che il pene non ha l'erezione, la vagina si contrae e non permette la penetrazione, l'orgasmo arriva troppo presto o non arriva mai, il desiderio non si fa sentire, e così via.

I cambiamenti di equilibrio affettivo all'interno della coppia spaventano molto perché c'è sempre la paura che dietro l'angolo ci sia una scoperta intollerabile: l'amore è finito, non mi ama più, non l'amo più... Insomma, la paura è che, cercando di capire cosa

sta accadendo, si possa scoprire che è giunto il momento di fare un bilancio negativo, fallimentare della propria relazione di coppia, un bilancio che possa decretarne la fine.

La sessualità esprime affetti profondissimi di una persona e di una coppia. E' un atto conoscitivo, è la capacità di entrare in un contatto profondo con l'altro e di potersi scambiare piacere, emozioni e sentimenti. La sessualità esprime le parti più profonde e intime di una persona ed è perciò anche il terreno su cui ci si "spoglia" di più, non solo dei vestiti. E' ovvio, quindi, che questo tanto desiderato incontro con l'altro, che questa tanto desiderata fusione temporanea di due, possa anche essere molto temuta e che molti dei nostri comportamenti siano finalizzati al bisogno di proteggerci dal rischio di essere umiliati, abbandonati, sopraffatti o, ancora, dal rischio di provare sentimenti di colpa o di inadeguatezza.

La paura di interrogarsi sui propri sentimenti porta a voler restringere il problema, accanendosi sugli organi che non funzionano, perché questo sembra più semplice. Forse con qualche pillola tutto tornerà come prima. Ma, in fondo, gli organi stanno svolgendo correttamente la funzione di esprimere le emozioni autentiche e profonde della persona, rispondendo a una volontà inconscia che va compresa.

I sintomi delle difficoltà sessuali ci danno una grand'occasione per entrare nel mondo interiore di una persona o di una relazione e sono proprio una chiave d'accesso per poter iniziare a capire cose che fino a quel momento non avevano potuto essere dette ma che ora chiedono veramente di essere prese in considerazione.

Spesso si possono avere sentimenti contrastanti: possiamo avere un sentimento che va nella direzione del desiderio e un altro che si oppone al desiderio. Può succedere che qualcosa crei una situazione di rancore all'interno della coppia. Nessuno di due ha il coraggio di parlarne con l'altro e non si riescono ad affrontare i problemi che hanno creato questo rancore. Questa coppia preferirebbe trovare nella sessualità che funziona un modo per salvaguardare il loro legame, per passar sopra a quel silente rancore che fa paura solo ad essere pensato. Ma il rancore si fa sentire negli organi che, da soli, esprimono il rifiuto dell'altro. Gli organi non sanno mentire ed esprimono proprio la parte silente, quella che non vorrebbe essere detta, ma che ha bisogno d'essere affrontata. I sentimenti di rancore, di sfiducia, di rabbia, di paura, di insicurezza, ecc., spaventano perché sembrano inaffrontabili. Fino a quando la disfunzione sessuale si assume il compito di esprimerli.

Quel che posso dire sulla base della mia esperienza professionale, è che, in generale, i problemi risultano più affrontabili di quanto non si temesse prima di cominciare a capirli.

Si può scoprire, ad esempio, che qualcosa si è modificato nell'equilibrio di una coppia semplicemente perché le persone crescono e cambiano nel corso della vita e, a volte, non se n'accorgono e non riescono a ritrovare una sintonia. Questo non significa che la sintonia non possa più essere ritrovata, vuol dire soltanto che c'è bisogno di capirsi meglio e più profondamente. Se si riesce a fare questo, l'equilibrio nuovo sarà probabilmente più forte e più ricco di com'era prima.

E' il caso, ad esempio, dell'arrivo di un figlio. Questo fatto comporta, abbastanza spesso, nella madre il desiderio di dedicarsi interamente al bambino e non le resta più tempo né desiderio per il partner. Lui, allora, può sentirsi completamente abbandonato e sprofondare nella solitudine, nel sentirsi pieno di rancore per la dolorosa sensazione di non essere più importante, di non essere amato, e magari sentirsi geloso del proprio figlio.

Questi sentimenti, e quest'ultimo in particolare, possono essere avvertiti dall'uomo come ingiusti e cattivi. Possono farlo sentire colpevole, e tutto questo si trasforma in un conflitto che lo spaventa. E allora, inconsciamente, fa delle operazioni volte a nascondere queste emozioni anche a se stesso. Si rifugia nel lavoro, la presenza a casa è sempre minore e, improvvisamente, il conflitto si presenta sotto forma di impotenza quando la moglie tenta un avvicinamento.

Insomma: possiamo proprio affermare che un pensiero può essere nascosto alla coscienza, ma non al corpo. E che gli organi non rispondono alla nostra volontà cosciente ma ai nostri bisogni inconsci.

Nella psicoterapia tutti questi vissuti riprendono il loro posto nella coscienza, sono accessibili ad un'elaborazione e ad un confronto con il partner, e possono essere superati rendendo la coppia più forte e più capace di affrontare insieme le successive difficoltà che nella vita incontreranno.

Una buona coppia non è una coppia che non ha problemi ma è una coppia che ha imparato ad affrontarli, che ha imparato a ritrovare la fiducia reciproca quando viene occasionalmente perduta e che perfeziona sempre meglio la capacità di comunicare i bisogni e i sentimenti.

Ci sono anche problemi legati a conflitti profondi, a traumi infantili non elaborati e non risolti di uno dei due partner che ad un certo punto della relazione possono riemergere sotto forma di problema sessuale.

Un esempio può chiarire il concetto: una coppia si è presentata perché il marito, sempre più spesso, aveva difficoltà nell'erezione.

Una prima analisi del loro rapporto ha messo in luce un certo compiacimento della moglie al riguardo. Un'analisi più approfondita ha permesso alla donna di capire di avere il convincimento che se suo marito avesse riacquisito il suo normale funzionamento sessuale l'avrebbe lasciata per un'altra donna. Quando lei era piccola aveva assistito alla disperazione della madre che era stata abbandonata dal marito per un'altra donna (e lei stessa, in quel momento, veniva abbandonata dal padre). La gran paura che anche a lei potesse accadere la stessa cosa condizionava la sua vita di adulta e, inconsciamente, l'impotenza del marito svolgeva il compito di rassicurarla sul fatto che con un'altra donna lui, così, non avrebbe potuto andare.

Questo caso è interessante perché, fra l'altro, ci fa vedere che chi aveva il problema (la paura di essere abbandonata) era la moglie, mentre il sintomo lo mostrava il marito. Forse il marito aveva sentito, altrettanto inconsciamente, che la moglie aveva bisogno di essere rassicurata o, forse, si era sentito in "pericolo" nell'avvertire che la sua sessualità inquietava la moglie.

Certo, qualche volta, andando ad indagare i sentimenti, si può scoprire davvero che la distanza che si è creata è ormai incolmabile.

Una distanza incolmabile si crea, ad esempio, quando il patto segreto che aveva legato una coppia al suo inizio era fondato sull'insicurezza e sull'immaturità. Col tempo può succedere che uno dei due riesca a riavviare il suo processo di crescita e di maturazione, mentre l'altro ha troppa paura e si rifiuta di seguirlo. Ma anche in questo caso si può scoprire che un aiuto è ancora possibile: quello di potersi separare liberi da eccessivi rancori o da eccessive paure.

Dott. Carla Anna Durazzi