

LA MAIL

Data : 19 Settembre 2007

Mail di : Livia

Oggetto: Incapacità di desiderio sessuale

Salve, scrivo pregandovi di aiutarmi. Mi chiamo Francesca e ho 19 anni. E' la prima volta che tento di spiegare il mio problema, perchè solo ora ne ho davvero consapevolezza. Non riesco a relazionarmi con l'altro sesso dal punto di vista sessuale. Alla mia età ormai si presuppone che una ragazza sia spigliata, mentre io sono assolutamente terrorizzata da tutto ciò che ha a che fare col sesso. Vorrei spiegare in breve la mia storia.

Mi dicono tutti che sono bella, e attiro su di me l'attenzione di numerosi ragazzi, dai passanti per strada agli amici e ai conoscenti. In passato, all'inizio dell'adolescenza, ho avuto delle storie e nonostante la mia timidezza riuscivo a relazionarmi con i miei ragazzi, sia dal punto di vista affettivo che da quello sessuale (si è sempre trattato comunque solo di baci). Questo probabilmente perchè ho avuto a che fare con ragazzi disinvolti. Ho avuto l'ultima storia 4 anni fa: mi sono innamorata perdutamente di un ragazzo che abitava lontano (conosciuto in vacanza), e non sono stata in grado di riuscire a capire quando per lui era finita (anche lui in realtà era ambivalente su questo). D'inverno mi struggevo, la sua assenza, la mancanza di lui mi svuotava: all'età di 15 anni ero depressa, smisi di uscire, di parlare con le mie amiche/i, di fare sport, gradualmente presi a passare le mie giornate in casa seduta su una sedia a guardare la parete. Era una lunga e straziante attesa dell'estate, in cui lo rivedevo e il mondo cominciava a girare. Lui però non era né innamorato né patologico come me, e ho avuto delle enormi delusioni. Il giorno in cui io ripartivo, per esempio, e non ci saremmo più visti per un anno, lui non venne a salutarmi, e non chiamò neanche per avvertire. Quel senso di abbandono ed impotenza me lo porto dentro e mi terrorizza da allora. Nel tempo ho sviluppato, a partire da lui (ma le cause erano anche familiari) dei disturbi alimentari, fino ad arrivare all'anoressia, ad oggi non ancora del tutto risolta. Dopo di lui non sono più stata con nessuno. Nel frattempo l'ho rincontrato, e mi sono resa conto di quanto siamo diversi e di quanto non mi piaccia più. Tuttavia, non so se a partire da questo episodio, il mio rapporto con i ragazzi mi mette in situazioni imbarazzanti e mi fa soffrire un sacco. In un gruppo (di amici e conoscenti) io, inconsciamente, individuo il ragazzo più "inconquistabile": introverso, timido, bello, riservato, intelligente... ma soprattutto quello che mi considera di meno. Mi convinco di esserne innamorata e mi struggo per lui in maniera esagerata, mentre involontariamente di fatto cerco di conquistarlo. Ma si tratta di una conquista tutta sul piano relazionale: mi avvicino per parlare, etc. E' come se io fossi del tutto inconsapevole del mio aspetto, del desiderio anche sessuale che suscita: mi spavento, forse vorrei negarlo perchè non so come gestirlo, e lo ignoro. Così puntualmente succede con mio sommo stupore che il ragazzo in questione si innamora di me. E vorrebbe passare se non altro al bacio. Io improvvisamente mi accorgo, o convinco, oppure non lo so, che il ragazzo non mi piace più, anzi che mi fa ribrezzo. E scappo. Allo stesso tempo lo cerco, perchè si crea una sorta di dipendenza "intellettuale". Ma il pensiero di baciarlo mi fa orrore. E' come se volessi la parte affettiva senza quella sessuale. E si creano delle situazioni estremamente imbarazzanti, ma soprattutto un'enorme confusione in me. Sono asessuata? LO amo? MI piace? Cosa provo? Ora il problema mi si sta riproponendo con urgenza. Quest'estate ho conosciuto un ragazzo, si è riproposta tutta la storia, ma alla fine mi sono forzata e l'ho baciato. E' stata una specie di violenza su me stessa, e non ne ho un bel ricordo. Dopo, non sono stata più in grado di relazionarmi con lui: per timidezza, per desiderio di fuga, per la solita sensazione di ribrezzo, sono fuggita. Lui deve essersi arrabbiato per il mio comportamento incomprensibile, e oltretutto è un ragazzo timido e credo di essere la sua prima donna. Questo mi terrorizza ancora di più. Vive lontano da me e mi ha chiesto di andarlo a trovare (ospitata in casa sua). Io ho risposto di sì, ed ora sono in preda al panico. "Sì", perchè come sempre ne sono dipendente, ma vorrei andare lì da amica, cosa ovviamente impossibile, perchè è palese che il suo interesse per me non è e non sarà mai da amica. Ho terrore del fatto che si aspetti di fare sesso con me (sarò ospitata in casa sua) ma ho terrore addirittura delle cose più banali: come salutarlo quando scendo dal treno? Mi

blocco e mi vengono quasi degli attacchi di panico. Lui poi, come già detto, è timidissimo, è imbarazzato e incapace nel rapporto con le ragazze, si blocca spesso come me. Sono terrorizzata ma soprattutto vorrei fare chiarezza nei miei sentimenti e nel perchè dei miei atteggiamenti. Mi scuso per la lunghezza, ma per favore aiutatemi.

Grazie.

Livia

RISPONDE LA Dott. BARRACCO

Cara Livia,

i problemi che metti in luce sono molti e complessi.

Da una parte, c'è una prima relazione amorosa e significativa, che si è trasformata in un trauma, per motivi che non sono chiarissimi, ma certamente, penso, hanno a che vedere con una relazione avuta con le figure di accudimento (i tuoi genitori) in cui evidentemente non hai sperimentato il senso di sicurezza e di sentirti desiderata, ma qualcosa ha strutturato in te una grande paura dell'abbandono.

La storia con questo ragazzo del mare, i lunghi mesi di separazione forzata, le esperienze di "abbandono" che con lui hai vissuto, hanno probabilmente riaperto una ferita più profonda.

Questo sembra dimostrato anche dal fatto che, come tu dici, a questa delusione, a questo trauma amoroso, ha fatto seguito l'innestarsi di problematiche legate all'alimentazione, problematiche che tu stessa colleghi, in qualche modo, alla realtà familiare. Certo, bisognerebbe saperne di più.

Per fortuna mi sembra di capire che, se anche vivi una profonda sofferenza, tuttavia hai una buona consapevolezza di te e sei capace di guardarti dentro.

Anche i disturbi alimentari, mi sembra di capire, non sono gravissimi, se hai comunque una vita di relazione, sei considerata bella, e dunque nell'insieme, mi sembra, mantieni un rapporto ancora non troppo disfunzionale con il tuo mondo (relazioni amicali, attività di studio o lavoro, ecc.) e forse anche con il tuo corpo.

Infine, tu esponi la relazione con quest'ultimo ragazzo, e in qualche modo illustri un tuo tentativo autonomo di "auto-terapia", una terapia d'urto, in cui tu provi a prendere di petto il tuo "sintomo", cioè il tuo desiderio di fuggire di fronte all'affettività espressa con il corpo, di fronte al desiderio (tuo e del partner).

E' sicuramente una cosa molto interessante, perché mostra l'attenzione e l'onestà con cui sei capace di guardare dentro di te, ma temo che non potrà che portarti a sperimentare ulteriore dolore.

Per cercare di modificare i tuoi comportamenti, e superare il trauma, penso che occorra l'aiuto di qualcuno, un terapeuta che ti faccia comprendere a cosa risale, dove risiede l'origine di questo comportamento che ti induce a voler conquistare chi ti è molto lontano, a desiderare le sue attenzioni, per poi sottrarti ad esse. Si tratta di una modalità abbastanza diffusa, peraltro, nella modalità femminile patologica della relazione con il partner.

In genere, come dicevo, ha a che fare con le nostre esperienze passate, con l'aver appreso modalità di comportamento che ci fanno soffrire, perché ripetono esperienze dolorose del passato.

Un consiglio pratico e immediato per il week end con il ragazzo: prova a dirgli del tuo imbarazzo, della tua paura. Se come tu dici anche lui è molto timido, non è escluso che questo confidarvi le vostre reciproche difficoltà non possa, almeno in parte, aiutarvi.

Dott. Anna Barracco