

Recensioni

Il piacere sessuale ai tempi del Covid-19

Il 4 settembre si è celebrata la Giornata Mondiale della Salute Sessuale, un evento promosso dalla *World Association of Sexual Health* (WAS) che, nel 2020, ha acquisito un valore ancor più significativo dato il periodo storico e l'impatto negativo sul benessere sessuale percepito tanto dai single, quanto dalle coppie. Per questo evento, il 10 settembre, è stato organizzato dall'Istituto di Sessuologia Clinica (ISC), un webinar in diretta, gratuito e di libero accesso, dove è stata trattata la tematica del "piacere sessuale ai tempi del Covid-19". All'incontro, moderato da Adele Fabrizi e Chiara Simonelli, sono intervenute sei figure professionali nel campo della sessuologia clinica e della ricerca: Stefano Eleuteri, Filippo Nimbi e Elisabetta Todaro, Marta Giuliani, Francesca Tripodi e Roberta Rossi. Al convegno hanno aderito anche Federico Conte, Presidente dell'Ordine degli Psicologi del Lazio e Salvo Caruso, Presidente della Federazione Italiana di Sessuologia Scientifica (FISS). Quest'ultimi, espresso un punto di vista positivo circa l'iniziativa, hanno sottolineato il fatto che parlare di piacere sessuale in un momento critico come quello che stiamo vivendo è di fondamentale importanza per gli operatori che lavorano nel campo della sessuologia e per la popolazione generale. Il primo a parlare è stato Stefano Eleuteri, con un intervento sulla "dichiarazione sul piacere sessuale". Sottolineando il fatto che i diritti sessuali sono diritti umani fondamentali ed universali, poiché lo sviluppo della sessualità è basilare per la salute individuale, interpersonale e sociale, e inquadrando quindi il piacere sessuale come aspetto centrale anche se molto spesso messo in secondo piano, nell'approccio con le persone, o dei pazienti nel caso di professionisti sanitari. Inoltre ha proseguito Eleuteri, Il piacere sessuale, visto anche nella prospettiva dell'autoerotismo, è fonte di benessere fisico, psicologico, intellettuale e sociale, se-

Rivista di Sessuologia Clinica, XXVII (ISSN 1123-4598, ISSN 1972-5183), 2020/2

DOI: 10.3280/RSC2020-002006

condo quanto è contenuto nella Dichiarazione dei Diritti Sessuali (WAS, 1999). È importante porre l'accento su questo punto, affinché l'essere umano sia visto non solo come un corpo che evita le malattie ma anche come un sistema dinamico che tende verso la promozione e il raggiungimento del benessere. Il secondo ad intervenire è stato Filippo Nimbi, con un lavoro su "L'approccio positivo alla sessualità". Essere *sex positive* non vuol dire promuovere l'attività sessuale in modo anarchico e indiscriminato, non è un incitamento al sesso "libertino", ma vuol dire poter parlare ed approcciarsi alla sessualità senza nessuna forma di imbarazzo, in modo indiscriminato e non giudicante al fine di promuovere il benessere e la libertà di espressione; questo implica che si possa parlare di sesso non solo per quanto riguarda la procreazione ma anche nell'ambito del piacere individuale, interpersonale e sociale. Un discorso che va, in un certo senso, a scardinare gli stereotipi culturali che la società si porta dietro e ad affrontare le tematiche relative alla sessualità in modo utile sia alle persone che ai professionisti della salute. A seguire è stata la volta di Elisabetta Todaro con un argomento coerente con quelli precedenti: "Integrare il piacere nell'educazione sessuale". L'educazione sessuale è una tematica particolarmente affrontata nelle scuole di formazione, rivolta a tutta la popolazione ma in particolare ai giovani. Dalle tematiche affrontate, risulta esserci una priorità sulla comprensione e l'importanza del piacere all'interno dell'educazione sessuale, questo perché si vuole dare rilievo ad un'ottica olistica della sessualità per sviluppare dei progetti che mirino non solo alla prevenzione e all'informazione ma anche alla promozione della salute sessuale affrontando anche il tema del piacere. La quarta relatrice ad intervenire è stata Marta Giuliani con la tematica "Sessualità, diritti e istituzioni – l'impegno dell'Ordine Psicologi Lazio". Quella di questi mesi è stata una dura lotta per i vari Ordini Nazionali, riferisce Giuliani, alle prese tra la deontologia e la risoluzione dei problemi portati dal Coronavirus. Lo psicologo è stato visto per anni come l'ultimo interlocutore per la presa in carico delle difficoltà di natura sessuale, un po' per la "cultura medica" del nostro Paese, un po' per le resistenze culturali legate alle tematiche affrontate; tuttavia in quest'ultimo periodo la figura dello psicologo è stata promossa come elettiva nell'affrontare le tematiche relative al benessere sessuale poiché si è vista la sua importanza per la promozione della salute e, in questo contesto particolare, per la salute sessuale. Lo psicologo ben formato nell'ambito psico-sessuologico e che sappia collaborare con i colleghi, deve contribuire a stilare delle buone prassi di intervento chiarendo le caratteristiche del suo ruolo, affinché si rafforzi la sua immagine come interlocutore autorevole e pronto al confronto. L'Ordine deve impegnarsi, ha proseguito la relatrice, al fine di aprire un dialogo attivo e costruttivo non solo tra i professionisti ma anche con la po-

polazione generale, tramite interventi mirati e in linea con le normative sanitarie vigenti, al fine di far emergere la figura professionale e qualificata dello psicologo come garante di valori quali l'ascolto e la promozione della salute. Il quinto intervento ha esplicitato il modo in cui questi programmi di promozione e riqualificazione possano essere attuati nel periodo pandemico: Francesca Tripodi, ha presentato un lavoro su "La consulenza sessuale ai tempi del Covid-19". Le linee guida per tale intervento non sono facili né da stilare né tanto meno da spiegare, per l'ovvio motivo che, fino ad ora, quasi nessuno avesse avuto l'esigenza di usare strumenti diversi dal classico colloquio "dal vivo", se non per casi particolari sui quali però la maggior parte dei professionisti non sono formati. La diversa modalità di intervento richiede anche delle diverse competenze che un consulente sessuale o un sessuologo clinico è tenuto ad apprendere: tramite la comunicazione telematica vengono meno delle sfumature comunicative non verbali circa il comportamento del paziente, il suo aspetto ed altre piccole ma importanti informazioni che uno specialista usa per un appropriato intervento. Già questo aspetto fa capire quanto debba essere importante una formazione corretta sull'uso degli strumenti telematici in ambito clinico, non solo per far fronte all'emergenza che stiamo tutt'ora vivendo ma anche per imparare ad integrarli in vista di future situazioni che non consentiranno l'incontro diretto con il paziente o, in un quadro ancor più prospettico, per un'evidente trasformazione della società sempre più digitalizzata che prima o poi richiederà il corretto uso degli strumenti telematici. La modalità di comunicazione non è l'unica cosa ad essere cambiata nell'ambito della consulenza sessuale, anche le argomentazioni hanno subito una trasformazione proprio a causa dei cambiamenti degli stili di vita che ognuno di noi sta affrontando. In questo contesto risulta ancor più importante affrontare la tematica del piacere sessuale, sia nell'ambito delle relazioni di coppia ma soprattutto quando ci si rivolge a persone non impegnate, che risentono ancora di più della mancanza di contatto fisico dovuto alle restrizioni sanitarie. A concludere i lavori è stata Roberta Rossi, con l'intervento "Formazione in sessuologia ai tempi del Covid-19" per chiarire come vengano formati i professionisti che dovranno affrontare le tematiche relative alla sessualità in un periodo come quello che stiamo vivendo. La relattrice ha condiviso la propria esperienza, attraverso l'osservatorio dell'ISC, impegnato nella formazione continua e costante di Educatori, Consulenti e Sessuologi. L'istituto ha affrontato le problematiche del distanziamento sociale e dei contatti fisici, convertendo i corsi che prima si tenevano in sede, con delle lezioni online tramite la piattaforma WEB. I docenti e gli studenti hanno, ovviamente, riscontrato delle differenze con quelle che erano le "modalità classiche" di lezione ed è palese che per chi andrà a lavorare negli ambiti della psico-

logia e della consulenza, il contatto ravvicinato con il paziente resti importante al fine della buona. Tuttavia, il periodo storico che stiamo vivendo e la richiesta sempre più potente da parte della comunità di digitalizzazione impongono che la formazione dei professionisti debba passare anche attraverso le piattaforme telematiche anche per incrementare le loro abilità in tal senso. Il seminario è stato molto seguito, a dimostrazione del fatto che gli argomenti trattati suscitano interesse e partecipazione sia nella popolazione generale che tra gli specialisti.

Matteo Agostini

Recensione seminari VII edizione della “Settimana del benessere sessuale”, 5-9 ottobre 2020, Istituto di Sessuologia Clinica, Roma.

Dal 5 al 9 ottobre 2020, data la peculiarità del periodo che stiamo attraversando, l'Istituto di Sessuologia Clinica di Roma ha deciso di celebrare la Settimana del Benessere Sessuale organizzando dei seminari gratuiti offerti tramite la piattaforma Zoom ed una diretta Instagram. La Settimana del Benessere Sessuale, giunta ormai alla VII Edizione, è stata istituita dalla FISS (Federazione Italiana di Sessuologia Scientifica) ed è patrocinata dal Ministero della Salute, dall'Ordine Nazionale degli Psicologi, dalla Federazione Nazionale Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri (FNOMCO), dall'European Federation of Sexology (EFS) e dalla *World Association for Sexual Health* (WAS). Tra le iniziative promosse durante la Settimana del Benessere Sessuale, dove per benessere si intende non soltanto assenza di disfunzione, ma capacità di vivere appieno ed in maniera soddisfacente la propria sessualità, spiccano seminari e consulenze gratuite realizzati dai professionisti iscritti al registro interno della Federazione che scelgono di mettere a disposizione degli utenti il proprio tempo ed il proprio impegno. È importante sottolineare come la centralità della salute sessuale per l'individuo e la collettività siano stati ribaditi anche dalle più importanti organizzazioni internazionali, fra cui l'UNESCO, l'UNFPA, l'OMS e la WAS. Durante la prima serata Elisabetta Todaro ha affrontato il tema della relazione fra la sessualità e la rete e le prospettive della psicoterapia online ai tempi del Covid-19, sottolineandone le risorse ed i limiti. Il Seminario, dal titolo “Sessualità 3.0. La rete: limite o tramite?” ha esplorato il ruolo della rete come veicolo di separazione ma anche di contatto, in cui le caratteristiche dell'utilizzatore e la riflessione circa le condizioni d'uso giocano un ruolo fondamentale nell'approccio che si ha nell'impiego della stessa. Ruolo centrale nella psicoterapia svolta tramite “lo schermo” viene assunto

dall'alleanza terapeutica tra professionista e cliente, fattore centrale per una buona continuazione del percorso e del rapporto professionale. Considerando la rete come ulteriore elemento del sistema, è possibile infatti rifletterla consapevolmente e adattarla alle proprie esigenze di utilizzo. Durante la seconda serata, intitolata "Le F.A.Q. sulla sessualità", Daniela Botta ha risposto tramite diretta Instagram sulla pagina dell'Istituto di Sessuologia Clinica di Roma (@sessuologiaclinicadiroma) a delle domande poste da vari utenti, appositamente raccolte per l'occasione. Le domande hanno riguardato la difficoltà per le donne di avere un orgasmo durante un rapporto vaginale, la motivazione per cui alcune donne fingono l'orgasmo, l'ejaculazione femminile, il modo in cui l'ansia interagisce col vaginismo, le modalità per superare un tradimento, l'attrazione per gli uomini maturi. Questo incontro ha costituito una proficua occasione di confronto e un'opportunità atta a chiarire e svelare alcuni miti sulla sessualità, primo fra tutti quello riguardante l'orgasmo femminile. Durante la terza serata Marco Silvaggi ha tenuto un seminario dal titolo "Famiglia e sessualità 3.0: nuove sfide" in cui ha illustrato le relazioni che intercorrono all'interno del sistema familiare, con i suoi legami interni, la relazione fra sessualità e famiglia e i legami tra famiglia e Società, mediati dalla rete. Ha spiegato come "se prima era la famiglia a creare la Società, adesso è la Società a incidere sulla famiglia", ponendo l'accento sulle "Nuove tecnologie" e il ruolo che assumono nel fornire soluzioni rapide atte a tollerare la frustrazione, permettendo incontri molto più semplici e veloci ma anche rischi importanti, individuabili negli *effetti collaterali* del sexting, nel cyberbullismo, nelle molestie e nella depressione. Il quarto seminario web, dal titolo "App dating: quali implicazioni?" è stato tenuto da Stefano Eleuteri, il quale ha illustrato i vantaggi che hanno permesso il successo delle oggi tanto utilizzate app dating, letteralmente "applicazioni per appuntamenti". Tali vantaggi risiedono nella proposta diversificata di applicazioni, studiata per specifici target di riferimento, che permette di scegliere agevolmente il tipo di relazione che si desidera intraprendere, le caratteristiche fisiche soggettivamente desiderabili in un potenziale partner e le varie modalità di comunicazione, che vanno dalla chat testuale alla videochiamata. Quindi la velocità di contatto, l'ampia possibilità di selezione del partner, la libertà di scelta dei tempi e dei modi con cui utilizzare tali canali e soprattutto l'*assenza di vincoli* rispetto alle consuetudini sociali ne garantirebbero il vantaggio relazionale e quindi il diffuso utilizzo. Tra gli svantaggi, troviamo il rischio di incorrere in profili falsi, la difficoltà di andare oltre la relazione virtuale e l'insoddisfazione di stare sempre alla ricerca della persona migliore dopo averla conosciuta, oltre al rischio di essere attaccati verbalmente. Ovviamente, al di là dei vantaggi e degli svantaggi, ciò che conta è l'uso che se

ne fa e la possibilità anche per i professionisti di intervenire al fine di permettere a chi ne fa uso di rimanere al sicuro. Opportune sarebbero delle ulteriori ricerche volte ad indagare la relazione tra utilizzo delle app per gli appuntamenti e i rischi sessuali associati, in modo da intervenire tempestivamente o preventivamente per limitarne i danni o evitarne l'insorgenza.

Durante la quinta e ultima serata, Valentina Rossi ha tenuto un seminario dal titolo "Se mi ami, non amarmi: paura del legame e sessualità", in cui si è discusso dei meccanismi ambivalenti in alcuni tipi di relazione sentimentale, in cui c'è desiderio dell'altro ma convinzione di non essere amabili. Sono stati presentati e approfonditi con molta cura i meccanismi che sottostanno questo fenomeno, con particolare cura riposta nella trattazione del desiderio nella formazione delle relazioni di coppia, e le implicazioni di questo fenomeno (denominato "doppio legame") sulle varie fasi della risposta sessuale. Un'ultima serata interessante e coinvolgente, che ha accolto numerosi partecipanti. Argomenti di ampia portata, che anche quest'anno, nonostante il particolare periodo, hanno saputo coinvolgere un vasto pubblico di persone interessate ad esplorare il rapporto fra la sessualità, le relazioni e la rete, con tutte le sue implicazioni emotive, professionali e pratiche. L'appuntamento è previsto per il prossimo anno, sempre durante la prima settimana di ottobre, con temi nuovi e stimolanti che permettano di mantenersi curiosi e costantemente aggiornati sulla sessualità.

Elisa Ginanneschi