

La dipendenza sessuale: quando il sesso non è più solo piacere

La sessualità è parte integrante della vita di ogni individuo, dal momento della nascita fino alla fine della vita stessa, attraverso il sesso si comunica all'altro parte di sé, all'interno di una relazione aiuta a tenere salda l'intimità, la complicità, la fiducia, è sicuramente un collante importante.

Anche al di fuori di un rapporto "stabile", ovviamente, il sesso può essere vissuto con leggerezza, magari non come manifestazione di amore, ma come fonte di piacere per sé e per l'altro.

Purtroppo alcune volte e per alcune persone il sesso si "trasforma" da espressione di amore, di sentimento o semplicemente di puro piacere, in una sorta di ossessione e fissazione, fino a sviluppare una vera e propria forma di dipendenza, con meccanismi sovrapponibili a quelli di una tossicodipendenza, viene infatti definita dipendenza senza sostanza, come le altre forme di addiction (dipendenza) che riguardano oggetti o comportamenti di per sé innocui, come appunto il sesso, il cibo, il gioco.

Uno dei meccanismi che permette di sovrapporre la "sex addiction" (dipendenza sessuale) alla tossicodipendenza è rappresentato dal fenomeno della tolleranza, cioè a poco a poco il dipendente va incontro ad assuefazione rispetto al comportamento messo in atto ed ha quindi bisogno di "dosi" sempre più elevate per raggiungere il piacere iniziale, questo porta ovviamente ad una escalation dei comportamenti agiti.

Il dipendente sessuale non riesce più a vivere la sessualità in modo naturale, come fonte di piacere e di contatto con l'altro, ma lo utilizza per motivazioni completamente diverse, ad esempio per attutire un momento di stress o per scacciare una sensazione di disagio emotivo.

Esattamente come per la droga, il sesso diventa a poco a poco il pensiero fisso della persona, tutta la sua giornata ruota intorno alle sue fantasie sessuali e alla programmazione della loro messa in atto, fino ad assorbire interamente tutte le energie dell'individuo, che finisce per trascurare la famiglia, gli amici e anche il lavoro.

Ovviamente tale dipendenza non insorge in modo repentino e immediato, ma al contrario graduale, così come graduale è la messa da parte di tutti gli altri aspetti della vita quotidiana.

La dipendenza sessuale può assumere diverse forme, ad esempio attività autoerotica compulsiva, continua ricerca di rapporti sessuali anche con perfetti estranei o prostitute, continuo e costante accesso a materiale pornografico, soprattutto tramite internet o anche l'utilizzo di linee erotiche. E' fondamentale distinguere però, la dipendenza sessuale da un notevole e sano appetito o desiderio sessuale, in quanto tantissime persone possono ricercare il sesso e il piacere nelle varie manifestazioni di cui parlavo e con una certa intensità, senza per questo essere dei dipendenti sessuali.

Quello che caratterizza una vera e propria "sex addiction" (dipendenza da sesso) è innanzitutto la centralità del sesso, che è quindi la preoccupazione primaria della persona, la mancata preoccupazione per le conseguenze della propria condotta sessuale, che ha spesso come conseguenza l'incapacità e l'impossibilità dell'individuo di astenersi dai propri comportamenti nonostante le conseguenze negative, proprio questa impossibilità di controllare l'impulso sessuale, che invece di essere "gestito" gestisce la vita della persona, segna definitivamente il confine tra la dipendenza conclamata e un notevole, ma soprattutto sano appetito sessuale.

Dott.ssa Emanuela Federico
Psicologa, Consulente in sessuologia
emanuela.federico@sessuologia-psicologia.it
www.sessuologia-psicologia.it