

La risposta sessuale femminile di Antonina Nobile Fidanza¹

Tempo fa la pubblicazione del rapporto **Hite** che riportava i dati elaborati da tremila questionari, distribuiti negli Stati Uniti, sulla sessualità femminile, scandalizzò e umiliò gli uomini (molti!) che dall'alto della loro ignoranza sui desideri e sulle sensazioni delle loro compagne, dovettero constatare una realtà che destò notevole ansia.

«Come - si è letto nelle recensioni - la donna si eccita, ha orgasmi velocemente, si masturba, ha orgasmi multipli ed è ugualmente scontenta dell'uomo, lo ritiene incapace, privo di conoscenza circa la fisiologia femminile e sessualmente egoista?!». Questo sconvolgimento maschile si accompagnava alla constatazione che, in realtà, molte donne non sono soddisfatte dei loro partner; molte ancora oggi non sanno cos'è un orgasmo anche se hanno rapporti frequenti.

Il piacere orgasmico sia nell'uomo che nella donna è un fenomeno non solo fisico, in quanto esso si prova se si verificano certe condizioni:

1. l'identità sessuale è chiara e nulla turba in quel momento il proprio sentirsi donna;
2. la persona con la quale stiamo per avere un rapporto sessuale soddisfa il bisogno **matturo** di amare e di essere amati o il bisogno **nevrotico** di dominare o di essere dominati.

Diviene quindi un più chiaro il motivo per cui le donne sono spesso insoddisfatte sessualmente.

In primo luogo se sentirsi donna significa sentirsi amata, desiderata, coccolata, protetta oltre ogni misura, è facile che (non essendo tale richiesta adulta e realistica) ci sia una grossa delusione circa quello che l'uomo può offrire, anche a livello sessuale. In secondo luogo quando anche la donna accetti il rapporto e ridimensioni le sue attese, l'insoddisfazione, non più consapevole, diviene sessuale. Può poi esserci un aggiustamento del rapporto dovuto ad uno spostamento della soddisfazione su altre cose e pertanto la donna non sa concedersi la gratificazione sessuale chiede all'uomo di soddisfare altre richieste per le quali sembra momentaneamente e apparentemente contenta e soddisfatta.

In realtà la donna con più fatica dell'uomo integra il piacere dell'uomo nella propria identità. Da un questionario somministrato a ragazzi e ragazze di terza media risulta che la maggioranza delle ragazze non si masturba: «Perché non ne sente il bisogno» al contrario dei ragazzi (pur colpevolizzati). Poiché è durante l'adolescenza che si completa la formazione dell'identità sociale, sessuale e corporea, si comprende come la masturbazione consenta la conoscenza del proprio corpo, delle proprie reazioni, della propria capacità di provare piacere, della costruzione fantastica del proprio partner ideale, ecc.

La ragazza non facendo nella maggioranza dei casi questa esperienza di adattamento psicofisico alla esistenza e alla conoscenza della propria sessualità, si trova da adulta ad affrontare con emotività infantile il rapporto anche sessuale con l'uomo, attendendosi da lui il superamento di quel vuoto adolescenziale. Vuoto che è un vuoto di identità oltre che di esperienza.

La donna di oggi vuole vivere nella realtà sociale attivamente e ciò non corrisponde all'immagine fantastica (che resta dentro di lei) della donna che vuole essere protetta, coccolata, ecc.

Pertanto c'è il rischio che se si realizza nel lavoro non riesca ad abbandonarsi alla sessualità e all'amore e d'altra parte se vive in un'attesa romantica dell'amore rischia di trovarsi inadeguata a livello sociale; nel sentirsi inadeguata può nuovamente non accettare la

¹ Psicologo Psicoterapeuta

sessualità. Se il piacere sessuale è vissuto come qualcosa che ti deve dare l'altro (e non qualcosa da costruire insieme) è chiaro che la donna si pone una serie di handicap notevoli alla sua soddisfazione sessuale:

1. non saprà apprezzare il piacere provato perché non corrisponderà alle attese (fantastiche);
2. sarà sfiduciata nei confronti dell'uomo reale (che non è quello dei sogni) e lo criticherà rendendolo insicuro e quindi insoddisfacente;
3. non saprà chiedere (e ottenere) a livello sessuale perché non è disposta a dare; e immediatamente che in altri campi della propria esperienza, la generosità ottiene il premio di se stessa;
4. troverà nella sessualità la possibilità di sentirsi sottomessa, umiliata, deprivata e userà la sessualità per sottomettere, umiliare, sentirsi forte nei confronti dell'uomo, per ricattarlo su quel piano o su altri, per colpevolizzarlo o disprezzarlo;
5. fissando gran parte della propria gratificazione (non ottenuta) sulla sessualità, dimenticherà l'impegno alla realizzazione personale, limitando il proprio orizzonte e l'ampiezza della propria esperienza sociale e della propria crescita personale.

Quindi si può concludere che una sessualità appagata implica la capacità di sostenere l'eccitazione senza ansia e di abbandonarsi al piacere senza paura. Ansia e paura tuttavia sono emozioni da cui dobbiamo sgombrare anche altri ambiti della nostra vita perché non si ripercuotano negativamente nell'esperienza sessuale.

Oggi anche la sessualità, (come gli oggetti, l'automobile, l'abbigliamento, le vacanze, l'arredamento della casa e i consumi in genere) è vista come un piacere obbligato anziché **desiderato**. Spesso perciò anziché ascoltare il proprio corpo, le proprie emozioni, i propri sentimenti e agire di conseguenza, anche nella sessualità ci si sforza di essere adeguati rispetto ad una normalità che però nessuno sa definire. Il risultato è che tutti, uomini e donne, si sentono più o meno inadeguati (sempre o in alcuni periodi) e si rivolgono a riviste e manuali sul «come far bene l'amore» sia che lo si desideri o no.

C'è quasi più fascino nella rinuncia (per paura dell'AIDS o perché si sta meglio soli o perché l'amicizia è più gratificante del sesso) che l'affrontare il problema fondamentale che quello, per l'uomo e per la donna, di rinunciare non al sesso ma alle attese fantastiche sulla sessualità e a comprendere come i problemi sessuali non siano che la punta dell'iceberg dell'insoddisfazione rispetto alla propria vita e alle proprie scelte.