

# Rubrica del **benEssere**

**Lucia Dalla Vecchia**



*Continua la nostra intervista a puntate con il Dottor Giorgio Dolcetta, ginecologo, consulente sessuale e sessuologo clinico di Verona che opera anche in provincia di Vicenza, sul vasto ed importante tema dell'affettività e della sessualità.*



**Dottor Dolcetta, ricollegandoci a quanto detto in precedenza, ci può definire meglio il concetto di intimità?**

L'intimità non è scontata, data una volta per tutte, ma è un aspetto della relazione di coppia che, per essere mantenuta, richiede impegno e riflessione e, soprattutto, è un aspetto della

relazione che può essere migliorato. È la capacità di comunicarsi reciprocamente i propri valori personali, la capacità di rispettare i sentimenti personali dell'altro, l'accettazione reciproca dei limiti personali, la valorizzazione reciproca delle rispettive potenzialità, la capacità di condividere i dolori ed il timore di essere feriti e la capacità di perdonare e di tollerare gli sbagli dell'altro.

**Abbiamo definito la passione, l'intimità e l'impegno che sono le tre componenti fondamentali di una relazione d'amore: a quali possibili tipi di relazione si può dar vita attraverso la diversa combinazione di queste tre dimensioni?**

Si può dar vita ad otto possibili tipi di relazione: l'assenza di amore, quando mancano tutte e tre le componenti; la simpatia, quando c'è solo l'intimità; l'infatuazione, quando c'è solo la passione; l'amore vuoto, se c'è solo l'impegno; l'amore romantico è una combinazione di intimità e passione; l'amore fatuo è una combinazione di passione ed impegno; il sodalizio d'amore è una combinazione di intimità e impegno; l'amore completo quando tutti e tre gli elementi si combinano in una relazione.

**Abbiamo parlato di innamoramento e di illusione d'amore, poi cosa succede?**

Dopo un periodo variabile in cui, secondo alcuni studi, intervengono anche componenti ormonali, si fa strada l'esame di realtà: il partner viene considerato in modo meno illusorio e lo si accetta nella sua totalità, si arriva alla consapevolezza in una fase che possiamo definire della disillusione. Alcune coppie, anagraficamente o



psichicamente immature, si arenano, identificando la fine dell'innamoramento con la conclusione del sentimento amoroso. Dissolta l'illusione, nascono, inevitabilmente, difficoltà e conflitti: la relazione è più inconscia; saper gestire i conflitti è il compito a cui è chiamata la coppia nel suo percorso evolutivo e di crescita verso un legame fondato sull'incontro, il desiderio ed il piacere, verso una relazione più conscia.

**Dottor Dolcetta, ci è pervenuta una domanda per Lei da una coppia che Le chiede se c'è una relazione tra l'insorgere di disfunzioni sessuali ed i conflitti di coppia. Come vuole rispondere?**

Una disfunzione sessuale riguarda le diverse modalità nelle quali un individuo non è in grado di prendere parte ad una relazione sessuale nel modo in cui vorrebbe farlo, trovandosi in una situazione di disagio. Questo può essere un avvenimento comune, presente nel corso della vita per il 30-50 per cento delle coppie, se è transitorio o si risolve spontaneamente rimuovendo così anche il disagio. Dobbiamo comprendere che il conflitto nella coppia favorisce la ri-definizione e la ri-negoziazione di aspettative, ruoli, interessi, desideri personali e condivisi. La sessualità può essere il terreno ideale per comprendere come i partners regolano la propria ansia nella gestione dei conflitti, il cui timore è spesso legato alla difficoltà di ospitare il processo della differenziazione all'interno della relazione stessa.