



22-04-2019

Psicologia di coppia:

Aiuto, mio marito è dipendente dal porno



Scoprire di avere accanto un fruitore crea un cortocircuito nella coppia. Inquadrare la situazione nel modo corretto è il primo passo per affrontare il problema
di Stefania Medetti 22 Aprile 2019

La pornografia online continua a macinare consensi. Secondo i dati resi noti dal team di analisti di pornhub.com, il più grande database di video sharing porno ha registrato lo scorso anno **81 milioni di visitatori al giorno (erano 64 milioni nel 2016)**, per un totale di 28,5 miliardi di contatti complessivi. L'anonimato, l'accessibilità tecnologica e la gratuità hanno contribuito ad allargare il bacino di utenza. Una serie di studi internazionali, infatti, stima che il consumo di pornografia sia diffuso fra **il 50 - 99% degli uomini e il 30-86% delle donne**. "Le donne sono fruitrici tanto quanto gli uomini, ma non lo dichiarano e tendenzialmente ne fanno un uso più occasionale", premette **Adelia Lucattini, psichiatra e psicoanalista** che spiega come, al di là di ragioni morali, la pornografia non presenti - in linea di massima - controindicazioni per le relazioni. "Ma questo vale per adulti con una buona vita sessuale, non depressi e senza problemi di coppia".



La realtà arriva prima

Le cose cambiano, invece, quando la fruizione non è consensuale, perché il **consumo crea degli squilibri emotivi**. “Innanzitutto, perché una coppia sana sogna insieme, mentre l’uso individuale impatta negativamente sulla possibilità di fantasticare”. In secondo luogo, perché nel caso di un’imposizione, si crea una sorta di sterilità affettiva e mentale. “Uno dei due partner spesso si adatta, magari perché è curioso, magari perché è un modo per continuare ad avere una qualche forma di vita sessuale. La scelta individuale, però, ha sempre un costo emotivo: il partner passivo, “succube”, dopo un po’ si stanca e il fruitore finisce per utilizzarla da solo”. A tutto ciò ci si aggiunge il limite di fondo della pornografia. “La pornografia, al di là delle apparenze, è deprimente, molte persone la definiscono “triste”. Questo perché è incentrata su rapporti di tipo sadomasochistico e, dunque, può determinare una deformazione del punto di vista che porta a ritenere che la vita sessuale sia una sorta di “ginnastica sessuale” che non ha a che fare con i sentimenti”. Capita, per varie ragioni, che i rapporti siano più rarefatti e, in genere, si tende a legare con una relazione di causalità pornografia e sessualità di coppia. “Dal punto di vista psicoanalitico, la causa è chiara: la realtà che arriva prima è la riduzione dei rapporti sessuali e questo può spingere alla fruizione di contenuto pornografico e non viceversa”. Questo tipo di evoluzione all’interno di una coppia stabile, deve sempre far suonare un campanello d’allarme. **“Alla base ci possono essere ragioni diverse**, ne citiamo solo alcune: un’omosessualità non consapevole, una depressione che rende poco vitali e riduce il desiderio, una fruizione legata alla perdita di virilità e piacere collegate all’età, e poi ancora lo stress del lavoro o il carico psicologico della famiglia, malattie fisiche che durano nel tempo”.

Dottor Jekyll e Mister Hyde

Insomma, ogni coppia è un caso a sé, ma **cosa succede quando una donna scopre un fruitore nel proprio partner?** “È innanzitutto un’esperienza scioccante, perché è come scoprire di condividere la vita con Dottor Jekyll e Mister Hyde”, risponde Lucattini. “La donna si sente umiliata, rifiutata. Spesso è difficile comprendere da dove origini questa situazione, si fatica a trovarne il significato, a darle un senso”. La buona notizia è che l’outcome non è predeterminato. “Il primo motivo per il consumo di pornografia è di tipo personale. In molti casi, per la donna è un’amara scoperta, proprio perché gli uomini, tendenzialmente, si nascondono. Perché si vergognano, si sentono ragazzini, regrediti e, nel confronto, temono che anche la loro partner pensi di loro quello che loro pensano di se stessi”. Ma è proprio qui la chiave per mettere in ordine le cose. **“Bisogna fare le domande giuste”, suggerisce Lucattini.** “Chiedere che cosa il partner ci trovi, cosa gli suscita, cosa gli piace, per permettergli di spiegare e, contemporaneamente, di capire le proprie motivazioni”. Il modo in cui si affronta l’argomento, infatti, è determinante nel far sentire l’altro accolto oppure no.



Dal consumo all'abuso

Infine, bisogna distinguere il tipo di fruizione: “È un uso ricreativo che non interferisce o un uso frequente che sopperisce alla vita di coppia?”. Alcuni ricercatori dell'Università di Cambridge in uno studio recente hanno scoperto che la pornografia innesca in chi ne è dipendente la stessa attività cerebrale che le droghe inducono nei tossicodipendenti. L'aumento della dopamina derivante dalla fruizione, dunque, determina un bisogno di sensazioni sempre più grande a cui, a differenza del sesso reale, che richiede un certo impegno, si può accedere con un click. “Se dal consumo si è passati alla dipendenza è necessario chiedere aiuto. Superata la mortificazione, la situazione va affrontata a 360°, con un analista individuale o della coppia”, conclude la psichiatra.

[Vai all'articolo:](#)

https://d.repubblica.it/life/2019/04/22/news/dipendenza_da_porno_partner_coppie_problema-4377603/