

single e la sindrome della seconda verginità: come la quarantena ha influenzato la nostra vita sessuale



Dopo mesi di astinenza e con i rischi che il sesso occasionale comporta in tempi di pandemia, riavvicinarsi alla sessualità può ricordare le sensazioni e le paure della prima volta. Segui gli articoli con studi scientifici sull'argomento di Spazio SoloSalute®, il tuo centro benessere in centro a Milano per consulenze Naturopatia, Nutrizione, massaggi, bellezza naturale, prodotti naturali.

Questi mesi di **astinenza** a causa della **quarantena** hanno fatto rivivere, soprattutto ai single, una **seconda verginità**, con tutte le sensazioni e le paure della **prima volta**, ma c'è la possibilità di vivere un cambiamento.

La sessualità del post-quarantena

Se durante il **lockdown**, tra i **single** (non tutti), il **sesso** era off limits e le serate si trascorrevano a **parlare d'amore**, ora dopo la quarantena, si rivivono le stesse **inquietudini della prima volta**; ritornano discorsi e domande come: "Lo hai

fatto?”, “Da quanto tempo non lo fai?”, “Ti stai organizzando per farlo?”, “Io l’ho fatto ieri con uno di **Tinder**, ora mi sento meglio”.

E’ un po’ come se i due mesi di chiusura avessero azzerato le esperienze e la **storia sessuale** precedente. L’importante è saperlo riconoscere. Ne abbiamo parlato con **Adelia Lucattini, psichiatra e psicoanalista della Società Psicoanalitica Italiana e dell’ International Psychoanalytical Association.**

Dottoressa Lucattini, è corretto parlare per i single che tornano a fare sesso dopo la quarantena di una "seconda verginità"?

La dottoressa risponde che la verginità si perde nella **fase adolescenziale** quando la **crescita fisica ed ormonale** che porta all’attivazione di **impulsi, desideri e curiosità** che portano al bisogno di crescere e differenziarsi dai genitori. In quel periodo sono tante le motivazioni che spingono a crearsi un gruppo di amici con cui uscire e fare nuove esperienze ma anche **ricercare un partner con cui sperimentare la sessualità.**

Per quanto riguarda la generazione che ha affrontato la quarantena forzata, il bisogno di vivere la sessualità, al di là di una comprensibile necessità fisica, deriva anche da una **spinta di angoscia, paura o depressione**: tutti vogliono dimenticare il virus, i morti, il "pericolo" e tornare a vivere pienamente il prima possibile, programmando subito le vacanze e aprendo la mente alle fantasticherie e all’immaginario.

Quali sono i suoi consigli per riavvicinarsi al sesso dopo i mesi di inattività e di chiusura a causa della pandemia?

“In piena **fase epidemica** è molto rischioso conoscere persone su Tinder per incontri **"al buio"**, **senza protezioni: va bene invece una vecchia fiamma**”.

Al contrario le persone tendono ad **alimentare trasgressioni, sfide e comportamenti autolesivi per sentirsi vivi**, ma soprattutto perchè l’angoscia e la depressione se troppo intense o improvvise, non sono sopportabili e la mente "ribalta" l’umore portando **ebbrezza e ipomaniacalità.**

Proprio come nella fase adolescenziale?

Secondo la Lucattini l’adolescenza è caratterizzata da una spinta positiva e la **ricerca del piacere** è vista come una scoperta, un divertimento. Nel **post-lockdown**, invece, i giovani adulti vivono una sorta di **fantasia adolescenziale**, ma sono condizionati dalle regole stringenti di questo momento e perciò invece di percorrere una strada normale preferiscono vivere il brivido del rischio, sfidando il **Covid**, attraverso le **relazioni occasionali.**

Quindi non è semplicemente voglia di provare piacere

il sesso fa sentire vivi, dà **benessere**, dà la sensazione di **riprendere contatto con un corpo sano**: quando ci si ammala tra le prime cose che saltano c'è proprio la vita sessuale, per questo ora desideriamo "**provare**" **il nostro corpo**, per vedere se funziona ancora e capire se siamo cambiati.

E cosa potrebbe essere cambiato?

“Tutti stiamo vivendo una fase di **ansia post-traumatica**. La voglia di fare sesso in questo momento può essere una sana risposta a questo **stato malinconico e di tensione**. Demonizzare la vita sessuale è sbagliato, è necessario però fare attenzione a non contrarre malattie e a non trasformare il sesso e la sua ricerca nell'unico desiderio. **Tutto ciò che monopolizza la mente** e condiziona la vita quotidiana **è sempre espressione di qualcos'altro che non si riesce a contattare emotivamente**”.

Tornare a fare sesso dopo mesi di astinenza per alcuni può anche essere una chance per recuperare errori del passato e cambiare rotta nella propria vita emotiva?

È un momento ideale per **scoprire o recuperare il piacere che può esserci anche nell'attesa**: riscoprire il **corteggiamento**, frequentarsi per diversi giorni e conoscersi un po', invece di finire immediatamente a letto. In questo modo ci diamo la possibilità di **sperimentare e costruire rapporti più intimi** che non devono necessariamente sfociare in un **fidanzamento** ma che comunque lascino **un bel ricordo, belle emozioni** che possono essere sempre recuperate in futuro.

Cambiano però anche le modalità di fare sesso.

Questa esperienza ci insegna a prendere nuove abitudini, anche dal punto di vista dell'**approccio sessuale**, infatti avevamo perso la **cognizione del pericolo delle malattie sessualmente trasmissibili**. La **mononucleosi** per esempio negli ultimi anni è diventata epidemica anche in Italia, quindi il **Covid-19** ha permesso di rendersi conto che **è opportuno essere prudenti**. Sarebbe bello che questa esperienza diventasse un punto di partenza per prendersi sempre maggior cura di se stessi.

Vai all'articolo:

<https://www.spaziosolosalute.it/articoli/i-single-e-la-sindrome-della-seconda-verginita-come-la-guarantena-ha-influenzato-la-nostra-vita-sessuale-1592831444.html>