

Salute&Benessere



Consulenza e terapia sessuale: come orientarsi?

Una lettrice ci ha chiesto chiarimenti su questo argomento. Ecco la risposta del nostro esperto



Sempre più spesso si legge e si sente in Tv di temi legati ai problemi della coppia e dell'aiuto che le persone chiedono quando hanno un disturbo sessuale, ma non mi è chiaro che cosa succede realmente quando ci si rivolge a uno specialista. Ad esempio vorrei conoscere la differenza tra "consulenza sessuale" e "terapia sessuale" e capire a quali professionisti rivolgersi. Grazie, Michela, Palermo

Gentile sig.ra Michela, l'argomento è molto vasto: qui mi soffermo sulla differenza sostanziale tra consulenza e terapia sessuale e la rimando al nostro sito www.desiderimagazine.it per maggiori approfondimenti.

■ Per **consulenza sessuale** si intende un processo di massimo 6 sedute, volto a esaminare il disturbo sessuale presentato e presuppone una indagine molto accurata. Le cause di un disturbo sessuale infatti possono essere varie e avere origini più o meno lontane nella storia del paziente, della sua famiglia o essere invece principalmente di tipo organico (vale a dire "fisico").

■ La **terapia sessuale** è il passaggio successivo alla consulenza sessuale, che ha luogo una volta accertato che il disturbo sessuale sia la causa del dissidio e consiste in un percorso di psicoterapia di durata variabile a seconda del problema, unita a mediazioni corporee (ipnosi, training autogeno...).

■ Il **consulente sessuale** è una **figura già diffusa all'estero ed emergente nel nostro Paese**. Come per il terapeuta sessuale, non è una professione a sé stante, ma una competenza che integra altre professionalità. Una specifica formazione in sessuologia è diventata infatti ormai indispensabile nel bagaglio di conoscenze di molte professioni quali il ginecologo, l'andrologo, l'urologo, lo psichiatra, il medico di medicina generale, lo psicologo, l'ostetrica e gli operatori di consultorio.

Sulla base di questa premessa, è quindi **fondamentale capire, durante la consulenza sessuale, quale sia la vera causa della crisi di coppia**. Spesso, infatti, esiste un

intreccio di più cause e occorre chiarire quale sia la principale e quali le secondarie, così come stabilire se il disturbo sessuale è causa o conseguenza di un altro disturbo: ad esempio un disturbo sessuale può trasformare la vita della coppia e comportare disturbi nella relazione, così come un problema nella relazione può essere la causa di un disturbo sessuale. Nel primo caso, come spiegato, il passo successivo sarà la terapia sessuale. Se invece il disturbo sessuale ne fosse la conseguenza, il consulente saprà indirizzare verso la cura più appropriata. Per questo, **durante la consulenza sessuale saranno presi in considerazione:**

♣ **gli aspetti psichici** attraverso un ascolto attento della storia personale nell'infanzia, nell'adolescenza, nella vita attuale e nelle relazioni sessuali;

♣ **gli aspetti organici** attraverso un'anamnesi fisiologica e patologica (ad es. disturbi endocrini, cardiovascolari, dell'apparato urogenitale, del sistema nervoso, terapie farmacologiche in corso, interventi chirurgici,...).

Ci sono persone che desiderano trovare una causa organica al loro disturbo per non accettare che la mente ne sia in qualche modo responsabile, così come altre invece preferiscono "psicologizzare" tutto quanto succede e non si accorgono di malattie vere e proprie già in atto, responsabili o corresponsabili del disturbo sessuale. **Uno dei compiti del consulente sessuale** è proprio quello di non accontentarsi delle spiegazioni date dal paziente, ma di **allargare il campo di indagine**.

