

a cura di Marco Rossi

Psichiatra e sessuologo, Presidente della Società Italiana di Sessuologia ed Educazione Sessuale, responsabile della Sezione di Sessuologia della S.I.M.P. (Società Italiana di Medicina Psicosomatica), fondatore del Centro di Medicina Sessuale di Milano (www.medicinasessuale.it)



anche gli uomini fingono l'orgasmo

Le difficoltà a raggiungere l'orgasmo non sono solo un disturbo sessuale femminile, riguardano sempre più frequentemente anche gli uomini. L'anorgasmia è un problema di coppia che non coinvolge solo uno dei due partner, ma la coppia stessa, poiché neggia l'intesa sessuale diminuendo soddisfazione e appagamento.

La gestione del piacere, che dovrebbe essere un momento di totale abbandono ed estasi, diviene fonte di ansia e angoscia, perché la difficoltà a raggiungere l'orgasmo è vissuta come una dimostrazione di inadeguatezza.

Mentre per la donna risulta più "facile" fingere l'orgasmo, per l'uomo è sicuramente più difficile, anche se bisogna fare chiarezza quando ci si rivolge alla sfera sessuale maschile. Spesso, infatti, si confondono i termini di "eiaculazione" e "orgasmo". I due termini non sono sinonimi: l'eiaculazione è l'aspetto "meccanico" del processo, è la serie di contrazioni che portano alla fuoriuscita dello sperma, mentre l'orgasmo è l'esperienza "mentale" che comprende la sensazione di

massimo piacere. Nei casi in cui l'uomo non riesca a eiaculare, si verifica spesso che ricorra alla finzione. La difficoltà riguarda generalmente uomini molto controllati, molto attenti sul lato prestazionale del rapporto, e che hanno paura di non riuscire ad andare a emozioni intense. In molti uomini, così attenti a procurare piacere alla partner, non riescono ad abbandonarsi al proprio piacere. In altri casi il problema è derivato dall'ansia con cui vivono l'intimità. La finzione maschile può riguardare

solo l'evento puramente meccanico della eiaculazione, bensì il vissuto del rapporto sessuale che si esprime attraverso l'esternazione del piacere. Così come spesso fanno le donne, che amplificano un godimento che in realtà non hanno provato, allo stesso modo gli uomini fingono di aver raggiunto un orgasmo molto più intenso di quello realmente vissuto.

Da un punto di vista psicologico le ragioni che portano gli uomini a fingere l'orgasmo sono molteplici:

■ Il desiderio di non deludere la propria compagna. Infatti, anche se il problema è dell'uomo, la donna si sente ugualmente inadeguata. Per questo motivo gli uomini possono decidere di simulare l'orgasmo per rassicurare la partner e per non farla dubitare del suo potere seduttivo.

■ Il tentativo di evitare inutili discussioni o di dover dare delle spiegazioni. Nel caso di rapporti basati sulla routine, manca la passione e la voglia di mettersi in gioco, per cui è più semplice e veloce fingere.

Altri uomini non arrivano all'orgasmo perché vogliono dimostrare di essere dei veri *latin lover* e pensano che la partner dia un giudizio sulla durata della prestazione. Le donne in questo caso devono imparare a non portare come esempio gli uomini "instancabili" e a non fare richieste irreali che derivano dai media, ma dimostrare di volere un uomo "normale" e non una sex machine.

Nei casi in cui una donna si accorga che il proprio uomo finge ripetutamente l'orgasmo, il suo comporta-

mento non dovrebbe essere né risentito, né di rabbia e tanto meno di rassegnazione; è nel dialogo e nella comunicazione che si può trovare un valido aiuto per risolvere il problema.

■ La donna dovrebbe assumere un atteggiamento rassicurante, ma evitare di trasformarsi in una crocerossina minimizzando con un "non importa caro", poiché così facendo aumenterebbe il senso di inadeguatezza maschile.

■ Dato che si tratta di un terreno delicatissimo, dove domande inopportune rischiano di suscitare risentimenti e chiusure, se l'evento è occasionale è meglio tacere, poiché raggiungere l'orgasmo tutte le volte non è certo un obbligo, e non lo si può pretendere come tributo. Le donne questo dovrebbero saperlo bene...

■ Solo se l'incapacità a raggiungere l'orgasmo non è occasionale ma si ripete frequentemente, si può provare a parlarne con piccoli cenni, per esempio dicendo: "Ho la sensazione che ultimamente tu sia un po' meno coinvolto".

È importante che la donna si dimostri sempre accogliente in modo da incoraggiare il proprio uomo ad aprirsi, a lasciarsi andare. È invece dannoso cercare ossessivamente risposte precise.

In fondo, una finzione occasionale non è significativa, è un ambito dell'affermazione della libertà individuale e può essere una via di fuga per un uomo, magari solo stressato o demotivato, che, con discrezione, cerca solo di rassicurare la partner.