# Intervista al Psicoterapeuta Marco Magliozzi

Data: Invalid Date | Autore: Luigi Cacciatori




**ROMA, 30 GIUGNO 2019** - La **fantasia**riveste un ruolo fondamentale in molti ambiti e in tanti aspetti della vita di ognuno di noi. Da bambini ci insegnano ad addormentarci ascoltando le favole, sperando che il messaggio positivo in esse contenuto possa influenzare la nostra crescita emotiva e l'empatia nei confronti del prossimo. Aspettative, desideri e sogni sembra che attraversino, prima di essere perseguiti, la mente umana sotto forma di immagini e sensazioni. Accade anche nel **sesso**e**,**se per alcuni soggetti l'esperienza non è priva di **sensi di colpa**, per altri invece si ha la possibilità di **parlarne apertamente** con il proprio**partner**. Fantasticare di coinvolgere il compagno, o la compagna, nei cosiddetti sogni ad occhi aperti mentre si sta facendo sesso, può essere considerato un **tradimento**? Il rapporto è carente in qualche aspetto se uno dei due immagina e desidera, anche in maniera ardita, ma soltanto a livello mentale, che ci sia qualcun altro tra le lenzuola in quel determinato momento?

Ne abbiamo parlato con il Dottor Marco Magliozzi, psicologo clinico, psicoterapeuta ed esperto in Criminologia.

**Dottor Magliozzi, tutti gli esseri umani hanno fantasie sessuali?**

"Parliamo di un argomento molto 'scottante', in quanto davvero è difficile esplorare e toccare con mano il mondo della **sessualità**. Rispondo subito alla tua domanda: sì, certamente, ogni essere umano ha **fantasie sessuali**, molto spesso esclusivamente a livello mentale, che possono tradursi in

immagini, sensazioni, emozioni, delle volte accompagnate anche da un eccitamento corporeo. Ad esempio una delle fantasie più ricorrenti è quella di avere rapporti sessuali con sconosciuti o con personaggi famosi (reali come ad esempio attori/attrici o addirittura immaginari, pensiamo ai super eroi o protagonisti di videogiochi o film). Tra le donne, secondo molte ricerche, una delle fantasie è quella di appartarsi in un luogo deserto e selvaggio con un amante o anche fare lo strip-tease di fronte a un pubblico. Potremmo invece dire che gli uomini risultano invece meno fantasiosi, si "accontentano" di pensieri molto più carnali, come ad esempio il sesso anale, avere rapporti con più donne contemporaneamente oppure osservare donne durante amplessi saffici. Non sono rari, sia negli uomini sia nelle donne, pensieri che riguardano il/la proprio/a partner mentre fa sesso con un altro soggetto. Sono molto diffuse, poi, anche le fantasie legate alla dominazione, alla sottomissione e alla costrizione. Potrà far storcere il naso a qualcuno, ma tra le fantasie più comuni vanno annoverate quelle riguardanti atti incestuosi, dalle sorelle/fratelli, cugini/cugine fino ad arrivare addirittura ai genitori. Quando si parla di sesso, gli esseri umani sanno essere molto creativi. Chiariamo fin da subito che le fantasie sessuali sono presenti qualsiasi sia il tipo di **orientamento sessuale**: uomini o donne eterosessuali possono fantasticare su persone del loro stesso sesso come invece uomini e donne omosessuali possono farlo su persone di sesso opposto, senza che questo in nessun modo influisca sul loro orientamento".

**Potremmo eccitarci alla vista di una persona attraente, anche se la nostra relazione non ha problemi. Bisogna dunque saper scindere l'amore dell'attrazione sessuale?**

"Assolutamente sì. Hai fatto benissimo a porre questa domanda: la risposta è che tutti noi abbiamo fantasie, anche coloro che vivono serenamente e in armonia (e con amore) una relazione di coppia. Fa parte della nostra natura più profonda, più animalesca potremmo dire. Ognuno di noi vive anche di istinto, e l'istinto è ciò che maggiormente ci lega al nostro essere. In fin dei conti, siamo dei mammiferi sociali. È solo grazie all'evoluzione, avvenuta in milioni di anni di storia, che abbiamo sviluppato la capacità di saper "canalizzare" nella mente i nostri impulsi naturali e quindi "relegarli" in una dimensione esclusivamente fantasiosa. Persone che affermano di non avere fantasie, molto semplicemente, stanno mentendo.

Quindi sì, è quanto mai importante saper scindere l'**amore**che si prova per il proprio partner dalle fantasie sessuali. L'amore è qualcosa che si traduce anche nel pratico, nel concreto, nelle azioni e ovviamente nei sentimenti. Io dirigo le mie passioni solo e soltanto verso il mio partner e lascio che le mie fantasie mi guidino, a volte, verso altre persone (conosciute o sconosciute), senza per forza portarle a reale compimento. Molte ricerche affermano addirittura che le coppie più durature sono quelle in cui entrambi i partner hanno libertà di fantasticare sessualmente e magari, perché no, condividere qualche "pratica" un po' più spinta, senza timore di un giudizio negativo".

**Perché, alcuni, non riescono a parlare apertamente con il proprio partner dei loro desideri e fantasie sessuali?**

"Questo dipende da tre fattori. Il primo è dovuto all'educazione ricevuta. Molto spesso le persone ricevono insegnamenti (dalla famiglia, a scuola, in chiesa o nel gruppo di appartenenza) nei quali vige la regola che l'esprimere i propri desideri sia vietato o sconveniente o addirittura possa essere considerato un peccato. Molte persone portano con sé questi insegnamenti anche in età adulta e di conseguenza ciò influisce nel rapporto con il partner. Altro fattore nasce dalle regole che, consapevolmente o inconsapevolmente, si instaurano nella coppia: alcune coppie prediligono un **dialogo**più aperto, anche "spinto", altre coppie invece selezionano gli argomenti dei quali parlare e confrontarsi, creando dei veri e propri tabù difficili da eradicare. Non per ultimo abbiamo il senso di colpa, compagno di vita di molti, che impedisce alle persone di comunicare ed esprimersi

liberamente, soprattutto con il proprio partner. Spesso si instaura la convinzione che condividere o semplicemente avere delle fantasie possa essere una colpa, una mancanza di rispetto nei confronti dell'altro, un vero e proprio tradimento".

**Un individuo potrebbe non approvare che l'altro membro della coppia avverta il desiderio, anche soltanto a livello mentale, di fare sesso con qualcun altro. Si tratta di gelosia, possesso, o di scarsa autostima?**

"La madre della**gelosia** e del **possesso** è proprio la bassa **autostima**. Quindi sì, confermo che la poca considerazione di sé potrebbe influire nella relazione di coppia. Anche se razionalmente una persona è consapevole che il partner possa avere delle fantasie e che mai esse si trasformerebbero in realtà, la bassa autostima porta, inconsciamente, a generare pensieri negativi, insicurezza, convinzioni limitanti, che a loro volta si trasformano in gelosia e possessività. La fantasia sessuale, del resto, è molto utile sia alla coppia sia alla singola persona: potremmo definirla come un attivatore, un motorino di avviamento del nostro erotismo. La mente supporta e incoraggia la nostra **eccitazione** e grazie ad essa possiamo aiutare la passione a confluire maggiormente verso noi stessi (auto-erotismo) o verso il nostro partner. Rendere le fantasie sessuali motivo di gelosia, o di possessività, sarebbe un vero peccato".

**Castrare le proprie fantasie potrebbe spingere il soggetto al tradimento?**

"Ogni volta che si parla di tradimento sembra di camminare in un campo minato. Sfatiamo fin da subito un tabù, una errata convinzione che la **società** e la **morale**hanno creato negli anni: l'essere umano, per sua natura, è **poligamo**, non **monogamo**; questo ce lo dicono l'etologia e l'antropologia. Secondo uno studio del Fondo Nazionale Svizzero per la Ricerca Scientifica (FNS) basato sulla sequenza genetica del cromosoma umano, l'uomo avrebbe sviluppato la monogamia "soltanto" da 20.000 anni, un "battito di ciglia" se paragonato all'evoluzione della nostra specie che ha avuto il via all'incirca 2,5 milioni di anni fa, quando fecero la loro comparsa i nostri progenitori, ovvero i primi Homo habilis, a loro volta diretti discendenti degli australopitechi, apparsi sul pianeta 4,2 milioni di anni fa. Tutte specie, superfluo sottolinearlo, prettamente poligame. Ti racconto inoltre un piccolo aneddoto che pochi conoscono: nel regno animale esistono specie molto più "fedeli" e monogame dell'uomo, tra i quali il lupo, il castoro, le tortore, i gufi, addirittura i pipistrelli, e numerose altre. Questi interessanti dati ci fanno capire come, biologicamente parlando, l'essere umano sia configurato per accoppiarsi, perdonami il termine poco romantico, con più di un suo simile, e che invece abbia strutturato, solo successivamente e grazie all'evoluzione e al processo di socializzazione, una natura monogama, la quale è molto meno consistente e forte di quella poligama che vanta invece milioni di anni di curriculum. Con il passare dei millenni l'Homo sapiens è riuscito quindi a creare una dimensione monogama, dando più importanza al sentimento amore, alla necessità di avere affianco un partner stabile, al bisogno di creare una famiglia grazie alla quale accudire la prole e costruire il proprio ambiente "casa". Le fantasie sessuali, dunque, svolgono l'importantissimo ruolo di "canalizzare" la natura poligama dell'uomo e il desiderio (biologico) del tradire, in una dimensione esclusivamente mentale e, per l'appunto, relegata alla fantasia. Castrarle è molto ma molto controproducente e potrebbe portare al voler cercare realmente una soddisfazione sessuale al di fuori della coppia".

**Parlarne troppo, invece, potrebbe condurre ad una situazione di 'coppia aperta'?**

"Nella maggior parte dei casi, la **condivisione** di una fantasia migliora la **comunicazione**all'interno di una coppia e stimola l'**eccitazione**. In più, se determinate fantasie si rivelano stuzzicanti e stimolanti per entrambi, la loro condivisione verbale potrà divenire reale, creando una maggior intesa

e feeling sessuale potenziato. In ogni caso non sempre, e non necessariamente, bisogna parlare delle proprie fantasie con il partner. Sebbene sia utile condividere almeno parzialmente il proprio immaginario erotico, così da creare e aumentare la complicità della coppia e creare un terreno comune da cui partire per "giocare" insieme, è bene che ognuno di noi mantenga alcune parti di sé come "segrete", così da conservare almeno una minima parte di mistero nel quale vivere la propria sessualità, seppur immaginaria, liberamente. Nel caso si vogliano condividere liberamente tali pensieri col partner è bene specificare e fare distinzione tra quello che fa parte della sfera del desiderio, e che quindi si vorrebbe sperimentare in coppia e quello che invece resta relegato puramente alla sfera della fantasia; ricordiamoci infatti che è molto comune il rischio che il senso di ciò che stiamo condividendo venga frainteso, generando anche spiacevoli reazioni e critiche. La "coppia aperta" si instaura solo e soltanto se entrambi i partner stabiliscono regole condivise, nelle quali ognuno è libero di esprimere la propria natura sessuale anche al di fuori della coppia stessa. Parlare delle proprie fantasie liberamente non per forza conduce ad una situazione di coppia aperta".

**Quando, invece, le fantasie diventano patologiche ed è il caso di rivolgersi ad uno psicologo?**

"Per rispondere esaustivamente a questa domanda mi occorre spiegarti il concetto di "**parafilia**", e per farlo prendo in prestito la definizione del **DSM-5**(Manuale Diagnostico dei Disturbi Mentali). Per parafilia si intende "*qualsiasi intenso e persistente interesse sessuale diversodall'interesse sessuale per la stimolazione genitale o i preliminari sessuali con partner umani fenotipicamente normali, fisicamente maturi e consenzienti*". Nelle parafilie dunque l'eccitazione sessuale viene suscitata in modo ricorrente da oggetti inusuali o da attività sessuali inusuali, diverse, quindi, dal rapporto sessuale "standard" che tutti conosciamo. In molti casi alcune delle nostre fantasie sessuali possono andare a braccetto con le parafilie: fantasticare di avere un rapporto con un animale, con un oggetto fuori dal comune o magari attraverso dinamiche sadomasochistiche, può far parte dell'immaginario collettivo di ognuno di noi. La fantasia, da sola, non è un criterio sufficiente per diagnosticare una parafilia, quindi su questo possiamo stare tranquilli. Ciò che permette di accertare una parafilia è l'azione, quindi il portare a compimento la fantasia stessa. Molte persone convivono serenamente con le proprie parafilie, che non per forza sono collegate a dei disturbi mentali e non per forza coinvolgono soggetti non consenzienti o provocano danno ad altri individui. Avere, per esempio, un rapporto anale con un oggetto dalla forma fallica assolutamente inconsueta, è una parafilia che di per sé non genera danni ad alcuno se non piacere alla persona interessata. **La parafilia entra nella sfera della psicopatologia quando essa si trasforma in un disturbo parafilico**, ovvero nei casi in cui la persona: viva con disagio e angoscia il proprio interesse sessuale e che il disagio e l'angoscia non derivino semplicemente dalla disapprovazione sociale; abbia un desiderio e/o comportamento sessuale che comporti un disagio psichico, danni fisici o la morte di un'altra persona; nutra desiderio per comportamenti sessuali che coinvolgono altre persone non consenzienti, incapaci di dare un valido consenso o coinvolte a loro insaputa.

Tra i disturbi parafilici il DSM-5 elenca il Disturbo Voyeuristico (spiare altri nella loro intimità), il Disturbo esibizionistico (esibire i genitali), il Disturbo Frotteuristico (toccare o strofinarsi contro un individuo non consenziente), il Disturbo da Masochismo Sessuale (farsi infliggere umiliazioni, bondage o sofferenze), il Disturbo da Sadismo Sessuale (infliggere umiliazioni, bondage o sofferenze), il Disturbo Pedofilico (interesse sessuale per i bambini), il Disturbo Feticistico (usare oggetti inanimati o focalizzarsi in modo altamente selettivo su parti del corpo non genitali), e il Disturbo da Travestitismo (eccitarsi sessualmente attraverso il Cross-dressing). In tutti questi casi è altamente consigliato, anzi necessario, rivolgersi ad un professionista, sia egli uno psichiatra, uno psicoterapeuta, un sessuologo, così da prevenire in primis qualsiasi forma di danno ad altre persone e aiutare il diretto interessato a vivere serenamente la propria sessualità, magari guidandolo a

canalizzarla verso dinamiche socialmente accettate”.

Si ringrazia il Dottor Marco Magliozzi

***Luigi Cacciatori***

Credit immagine di copertina: **Alessandra Angelini**

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/fantasie-sessuali-perche-condividerle-con-il-partner-intervista-allo-psicoterapeuta-marco-magliozzi/114643