

Elena Isola
Bruna Maccarrone

EMDR
e
DISTURBI
SESSUALI

Prefazione di
ISABEL FERNANDEZ

La salute sessuale non è solo assenza di malattie e disfunzioni, ma una condizione globale di benessere fisico, emotivo, mentale e sociale legato alla sessualità. L'approccio EMDR considera le problematiche di natura sessuale nel loro duplice aspetto organico e psicogeno, ponendo particolare attenzione alle loro origini traumatiche.

Casa Editrice Astrolabio

Prefazione

I like my body when it is with your
body. It is so quite new a thing.
Muscles better and nerves more.
I like your body. I like what it does,
I like its hows. I like to feel the spine
of your body and its bones, and the trembling
-firm-smooth ness and which i will
again and again and again kiss,
[...]
and possibly i like the thrill
of under me you so quite new.¹

Edward Estlin Cummings

La sessualità, le sue forme e le sue abitudini hanno segnato l'evoluzione della cultura delle diverse società. Ogni epoca ha visto consolidarsi prassi sociali differenti, corredate di miti, regole e tabù che fanno della sessualità una delle sfere della vita umana più interessanti e complesse.

In quest'ottica l'Organizzazione Mondiale della Sanità rimarca la centralità della sessualità lungo tutto l'arco di vita dell'essere umano, valorizzandone i numerosi aspetti e la possibilità di esperirne liberamente le varie dimensioni.

La sessuologia, intesa come lo studio degli approcci terapeutici finalizzati ad aiutare le persone con problematiche sessuali, non poteva che essere una materia ampia e sfaccettata sullo stesso *continuum* evolutivo dell'oggetto di studio. Dopo il contributo fondamentale

¹ Mi piace il mio corpo quand'è col tuo corpo. / È una cosa così nuova. / Muscoli migliori e nervi di più. / Mi piace il tuo corpo. / Mi piace quel che fa e il modo in cui lo fa. / Mi piace sentir la sua spina dorsale, / le sue ossa e il suo tremolante / sodo-liscio che bacerò / ancora ancora e ancora [...] / e forse mi piace il brivido / di te sotto di me così nuovo.

del padre della psicoanalisi, che con l'opera *Tre saggi sulla teoria sessuale* supera le comuni concezioni del tempo di una sessualità come mero impulso adulto verso un partner, e propone una teoria che contempla una vita sessuale infantile, rintracciando proprio nei primi anni di vita la patogenesi delle disfunzioni sessuali, si passa quasi un secolo dopo alle terapie cognitivo-comportamentali e alla terapia mansionale. In questa fase, gli approcci 'brevi' per le disfunzioni sessuali segnano la nascita di trattamenti intensivi, che hanno lo scopo di aiutare le coppie a capire come modificare i propri comportamenti e migliorare la qualità della vita sessuale. Solo negli anni '70 Helen Kaplan introduce l'utilizzo della farmacoterapia nel trattamento delle disfunzioni sessuali, riportando l'attenzione sugli aspetti di natura fisiologica e personale e non solo sulle problematiche di coppia. Di lì in avanti emerge la necessità impellente di integrare gli aspetti medici, psicologici e sociali nel trattamento delle problematiche sessuali, personalizzando la cura in base alle caratteristiche del singolo paziente. Il *DSM-5* ben sottolinea questi aspetti, ricordando ai clinici l'importanza della presa in carico dei vissuti di *distress* percepiti dai pazienti con disfunzioni sessuali.

In quest'ottica l'EMDR, nato come metodo innovativo per il trattamento del disturbo post-traumatico da stress e specializzatosi negli anni per il trattamento di numerose psicopatologie, potrebbe rivelarsi nel campo della sessuologia un intervento efficace e mirato, capace di dare un contributo importante alla risoluzione di diversi aspetti disfunzionali della sessualità. Concentrandosi sui diversi livelli (cognitivo, emotivo e corporeo), l'EMDR diventa uno strumento cardine per facilitare la guarigione dei pazienti, aiutando il clinico nella strutturazione di un piano terapeutico che consideri, come da indicazioni del *DSM-5*, tutti gli aspetti di sofferenza.

L'obiettivo di questo libro è proprio condividere una buona prassi in quest'ambito di intervento. Le autrici guidano il lettore nella comprensione dei disturbi della sfera sessuale, spiegando con evidente perizia ed esperienza clinica le numerose disfunzioni sessuali, per poi accompagnarlo dentro i meccanismi che stanno alla base di tali patologie. Con una scrittura chiara e precisa sottolineano l'importante ruolo delle esperienze traumatiche nello sviluppo delle patologie della sfera sessuale, e passo dopo passo affrontano le diverse fasi di trattamento indispensabili per la presa in carico di questi pazienti.

È un testo importante e innovativo per chi desidera lavorare in questo campo e ci offre tutti gli strumenti necessari per trattare in modo completo ed efficace le disfunzioni sessuali.

ISABEL FERNANDEZ

Introduzione

I cambiamenti sociali e culturali dei nostri tempi, sempre più complessi e caratteristici, hanno evidenziato ancora di più la necessità di un approccio interdisciplinare alla cura delle problematiche sessuali, facendo emergere l'esigenza di integrare le diverse discipline medico-scientifiche. In altri termini, in tutti gli ambiti scientifici viene considerato vincente il principio secondo cui a 'problemi complessi' non si può che rispondere con 'soluzioni integrate'. Naturalmente anche il campo della sessuologia non poteva sottrarsi a tale irreversibile tendenza, essendo stato caratterizzato da rilevanti novità, sia con la pubblicazione di numerosi studi empirici mirati a risolvere aspetti clinici specifici, sia con l'introduzione di proposte farmacologiche efficaci nella cura delle disfunzioni.

Che il campo della sessuologia sia in rapida evoluzione è del resto dimostrato dall'aggiornamento stesso, nel 2002, della definizione del concetto di 'salute sessuale' da parte della Società Mondiale per la Salute Sessuale (WAS), in questi termini: "uno stato di benessere fisico, emotivo, mentale e sociale legato alla sessualità; non è semplicemente l'assenza di malattia, disfunzione o infermità. La salute sessuale richiede un approccio positivo e rispettoso alla sessualità e alle relazioni sessuali, così come la possibilità di avere esperienze sessuali piacevoli e sicure, libere da coercizioni, discriminazioni e violenza. Perché la salute sessuale venga raggiunta e mantenuta, i diritti sessuali di tutte le persone devono essere rispettati, protetti e soddisfatti".

Ne consegue una visione più articolata del comportamento sessuale come unità psicosomatica, per cui l'indagine clinica è chiamata a occuparsi non soltanto delle componenti biologiche, ormonali, vascolari e in alcuni casi iatrogene delle disfunzioni, ma anche degli aspetti più strettamente psicologici e relazionali del paziente, tenendo presente il contesto sociale e culturale di riferimento. Si tratta di

verificare, sul piano concreto, se sia possibile introdurre nella terapia della sessualità anche nuovi strumenti di intervento dimostratisi affidabili nell'area più vasta delle cure psicologiche, realizzando di fatto un'osmosi tra i diversi campi di applicazione.

Lavorando quotidianamente con persone vittime di abusi sessuali, o che raccontavano storie di attaccamento particolarmente negative, è sorta l'esigenza di organizzare in un quadro d'insieme i vari aspetti dei disturbi sessuali, dando particolare attenzione al trattamento delle disfunzioni sessuali di origine traumatica attraverso l'utilizzazione dell'EMDR (*Eye Movement Desensitization and Reprocessing*).

Questa pubblicazione nasce proprio dall'esigenza di condividere l'esperienza clinica diretta maturata nel lavoro clinico sul campo di questi anni. È il risultato di ricerche, riflessioni, domande, tentativi ed errori.

Nato come una tecnica innovativa, l'EMDR si è ben presto trasformato in un metodo e quindi in un approccio psicoterapeutico raffinato ed efficace. Utilizza la stimolazione bilaterale alternata attraverso i movimenti oculari o il tamburellamento alternato sul dorso delle mani, al fine di sbloccare e riattivare un meccanismo innato di autoguarigione; vengono così facilitate la desensibilizzazione e la rielaborazione di ricordi disturbanti immagazzinati nel cervello in maniera parziale e disfunzionale, che sono causa di diverse sintomatologie e/o disturbi psicopatologici. Per tale ragione riteniamo che nel campo della sessuologia l'EMDR possa essere un metodo di intervento terapeutico efficace, capace di offrire un contributo determinante alla comprensione e alla risoluzione di diverse problematiche di natura sia organica sia psicogena.

In conclusione vorrei ringraziare tutti coloro che mi hanno sostenuto sul piano personale e professionale nella stesura di questo libro, primi fra tutti i miei pazienti, senza i quali non avrei potuto imparare e perfezionare le mie strategie di intervento.

Ringrazio mio padre che mi ha aiutato nella rilettura e revisione del libro, dandomi preziosi contributi, e Bruna Maccarrone, che ha creduto in me e mi ha sostenuta negli anni della formazione EMDR e per il suo prezioso contributo nella stesura e nella revisione di questo libro.

Ringrazio Isabel Fernandez per la sua grande umanità e professionalità, e per la generosità con la quale porta avanti l'associazione per

l'EMDR in Italia, offrendo costante supporto professionale e scientifico a tutta la comunità.

Infine, ringrazio il dottor Paolo Maria Michetti del Dipartimento di Urologia dell'Università La Sapienza di Roma, che nel corso degli anni ha mostrato non soltanto grande professionalità, ma anche umanità nel gestire insieme a me pazienti fortemente traumatizzati.

ELENA ISOLA

La sessuologia e la sua evoluzione nel tempo

LA SESSUALITÀ

Cos'è la sessualità? Dalla definizione che fornisce l'Enciclopedia Treccani, "complesso dei caratteri sessuali e dei fenomeni che concernono il sesso", sembrerebbe un argomento classificabile con chiarezza. In realtà la materia è molto più complessa, come dimostra l'articolata definizione di sessualità impiegata ufficialmente dall'OMS, Organizzazione Mondiale della Sanità: "La sessualità è un aspetto centrale dell'essere umano lungo tutto l'arco della vita e comprende il sesso, le identità e i ruoli di genere, l'orientamento sessuale, l'eroticismo, il piacere, l'intimità e la riproduzione. La sessualità viene sperimentata ed espressa in pensieri, fantasie, desideri, convinzioni, atteggiamenti, valori, comportamenti, pratiche, ruoli e relazioni. Sebbene la sessualità possa includere tutte queste dimensioni, non tutte sono sempre esperite o espresse. La sessualità è influenzata dall'interazione di fattori biologici, psicologici, sociali, economici, politici, etici, giuridici, storici, religiosi e spirituali".

Il termine 'sessualità' è quindi riferito a tutti gli aspetti psicologici, sociali e culturali del comportamento sessuale umano, mentre col termine 'attività sessuale' si indicano più specificamente le pratiche sessuali vere e proprie. Emerge quindi in tutta la sua forza il carattere poliedrico e complesso della sessualità, che non si limita all'aspetto fondamentale del comportamento umano riguardante gli atti finalizzati alla riproduzione e alla ricerca del piacere, ma spazia anche negli aspetti sociali ad esso connessi, evolutisi in relazione alle caratteristiche diverse dei generi maschile e femminile.

La storia della sessualità è essenzialmente la storia della presa di coscienza da parte dell'uomo di questo aspetto imprescindibile della sua vita. Un processo lungo e complesso, ben lungi dall'essere stato completato, che ha avuto inizio con la scoperta della potenzialità ri-

produttiva dell'atto sessuale, avvenuta molto probabilmente nel neolitico. Scoperta che ebbe grande rilevanza sociale in quanto portò all'introduzione nella pratica sessuale di una serie sempre maggiore di divieti e tabù, finalizzati proprio ad assicurare la coesione e la sopravvivenza del gruppo, tramite la regolarizzazione, anche in modo drastico, della pulsione sessuale (Mead, 1991).

Pertanto la sessualità non è solamente una caratteristica essenziale della vita, ma è anche un aspetto qualificante dell'evoluzione dei modelli adottati nel tempo dalle diverse società umane, che hanno presentato e presentano proprio su tale tematica notevolissime differenze. Suddette considerazioni sono confermate dai più recenti studi, che hanno ribadito quanto gli aspetti sessuali siano di fondamentale importanza per la costruzione dell'identità personale e per l'evoluzione in senso sociale dell'individuo: "La sessualità umana non è solo dettata dall'istinto o da una stereotipia di condotte, come accade nell'animale, ma è influenzata da un lato dall'attività mentale superiore e dall'altro dalle caratteristiche sociali, culturali, educative e normative dei luoghi in cui i soggetti sviluppano e realizzano la loro personalità. La sfera sessuale richiede quindi un'analisi fondata sulla convergenza di varie linee di sviluppo, comprendenti l'affettività, le emozioni e le relazioni" (Boccardo e Carulli, 2008).

Se ne conclude che, alla luce delle più approfondite conoscenze acquisite nel corso degli ultimi decenni, la materia sessuale risulta strettamente connessa alla sfera dei sentimenti e delle relazioni umane, e comprende un corredo emotivo e affettivo di fondamentale importanza sul piano individuale e di rilevante interesse nel campo sociale.

LA SESSUOLOGIA E LA SUA STORIA

Che lo studio della sessualità sia materia ampia e complessa è dimostrato dalla definizione 'sessuologia' fornita sempre dall'Enciclopedia Treccani: "scienza della sessualità, che comprende tutte le conoscenze relative alla dinamica tra i sessi: identità di genere, determinanti culturali, relazioni di coppia e familiari, sessualità in senso stretto, patologia delle relazioni e della funzionalità sessuale".

In effetti lo studio della sessualità con modalità scientifiche risulta un'attività relativamente recente, essendo stata la materia fortemente

condizionata dai tabù e pregiudizi sociali, in particolare di matrice religiosa. I primi studi, di argomento psicopatologico, sono stati pubblicati alla fine del XIX secolo a cura dello psichiatra tedesco R. von Krafft-Ebing (1840-1902) e del sessuologo inglese H. H. Ellis (1859-1939), e riguardavano la grandissima varietà che esiste nelle perversioni sessuali, sia nella scelta dell'oggetto sessuale, sia nel tipo di attività utilizzato per ottenere il soddisfacimento.

Oggi il padre della sessuologia moderna, intesa come scienza autonoma, svincolata da fattori condizionanti quali il senso comune e i credo religiosi, viene considerato il dermatologo Iwan Bloch, fondatore, insieme al medico Magnus Hirschfeld e al neurologo Albert Eulenburg, del primo periodico che riportava già nell'intestazione il termine da lui coniato alcuni anni prima: *Zeitschrift für Sexualwissenschaft* ("Rivista di Sessuologia") edito a Berlino dal 1914 al 1922. Secondo la sua efficace definizione di 'sessuologia', per poter valutare il significato globale della 'vita d'amore', per l'individuo e per la società, così come per l'intero sviluppo culturale dell'umanità, lo studio di tale disciplina deve integrarsi con lo studio dell'uomo in quanto tale, in collaborazione con altre discipline: biologia generale, antropologia, etnologia, filosofia, psicologia, medicina, storia della letteratura e della cultura in genere (Bloch, 1907).

Questa concezione, nella quale non si può non evidenziare la positività del termine di 'vita d'amore' per una materia che era oggetto all'epoca di ottusi pregiudizi, ispirò lo sviluppo della sessuologia quale scienza così come la intendiamo oggi, proponendola come patrimonio e oggetto di ricerca di varie branche e discipline mediche e non. Il concetto di Bloch, secondo il quale la sessuologia è una disciplina con marcata valenza culturale e che riunisce in sé un ampio e vasto ambito dottrinario in cui confluiscono diverse scienze, a oltre un secolo dalla sua enunciazione risulta estremamente valido e attuale.

Basti citare l'aggiornata definizione di Rifelli, secondo cui la sessuologia è una disciplina non autonoma, che mutua concetti e linguaggi da diverse altre: d'altra parte la sessualità, che ne rappresenta l'oggetto di studio, è altrettanto composita, essendo un insieme strutturato di elementi anatomici, psicologici, relazionali, sociali e culturali. Esiste dunque una sessuologia medica, chirurgica, endocrinologica, andrologica, ginecologica e psicologica, ma anche una sociologia della sessualità e una criminologia sessuale (Rifelli, 2007).

Indice

| | | |
|--|------|-----|
| Prefazione | pag. | 7 |
| Introduzione | » | 10 |
| 1. La sessuologia e la sua evoluzione nel tempo | » | 13 |
| La sessualità | » | 13 |
| La sessuologia e la sua storia | » | 14 |
| L'approccio psicoanalitico | » | 16 |
| La terapia cognitivo-comportamentale | » | 19 |
| Il modello biopsicosociale (BPS) | » | 22 |
| 2. I disturbi sessuali | » | 26 |
| Generalità sui disturbi sessuali | » | 26 |
| I disturbi sessuali femminili | » | 30 |
| Classificazione delle disfunzioni sessuali femminili | » | 32 |
| Disturbi del desiderio sessuale e dell'eccitazione sessuale femminile | » | 32 |
| Disturbo dell'orgasmo femminile | » | 36 |
| Disturbo del dolore genito-pelvico e della penetrazione | » | 42 |
| Considerazioni finali sui disturbi sessuali femminili | » | 48 |
| I disturbi sessuali maschili: classificazione | » | 49 |
| Disturbo da desiderio sessuale ipoattivo maschile | » | 49 |
| Disturbo erettile | » | 51 |
| Eiaculazione precoce | » | 54 |
| Eiaculazione ritardata | » | 59 |
| Aspetti traumatici legati alla patologia organica maschile | » | 63 |
| Cosa si può fare | » | 66 |
| 3. Genitali maschili: aspetti psicosessuologici | » | 68 |
| Premessa | » | 68 |
| Anomalie congenite del pene ed esiti della chirurgia | » | 69 |
| Dispareunia maschile e paura del dolore genitale | » | 70 |
| Dismorfofobia peniena | » | 72 |
| Varicocele | » | 74 |
| Psicoeducazione sulle problematiche sessuali nei giovani | » | 75 |
| 4. Correlazione tra trauma e disfunzioni sessuali | pag. | 77 |
| Il trauma e le sue conseguenze | » | 77 |
| Aspetti specifici del trauma, in particolare nell'età infantile | » | 79 |
| Il trauma interpersonale nei bambini | » | 82 |
| Esperienze infantili avverse (Adverse Childhood Experiences - ACE) | » | 84 |
| Abuso e molestia sessuale | » | 86 |
| Le conseguenze a breve termine | » | 86 |
| Le conseguenze a lungo termine | » | 89 |
| 5. La terapia EMDR | » | 93 |
| Premessa | » | 93 |
| L'EMDR come terapia basata sulle evidenze | » | 95 |
| Come funziona l'EMDR: caratteristiche generali del sistema | » | 98 |
| Traumi con la 'T' maiuscola e con la 't' minuscola | » | 99 |
| Il corpo nell'EMDR | » | 99 |
| Il trattamento delle disfunzioni sessuali di origine traumatica | » | 100 |
| La concettualizzazione del caso nell'EMDR | » | 102 |
| Le otto fasi del trattamento EMDR | » | 103 |
| 6. L'EMDR applicato al trattamento delle problematiche individuali | » | 107 |
| Il protocollo EMDR per le disfunzioni sessuali individuali | » | 107 |
| Fasi del protocollo specifiche per il trattamento delle disfunzioni sessuali individuali | » | 107 |
| Fase 1: raccolta della storia del paziente | » | 108 |
| Fase 2: preparazione | » | 112 |
| Applicazione del protocollo EMDR nella terapia individuale | » | 123 |
| Check-list assessment sessuologico individuale | » | 133 |
| 7. Applicazione dell'EMDR nel trattamento delle problematiche della coppia | » | 136 |
| Il protocollo EMDR per le disfunzioni della coppia | » | 136 |
| La terapia mansionale integrata | » | 137 |
| Il protocollo EMDR per il trattamento delle problematiche sessuali della coppia | » | 139 |
| Fasi del protocollo specifiche per il trattamento delle disfunzioni sessuali della coppia | » | 139 |
| Fase 1: raccolta della storia individuale e di coppia | » | 140 |
| Fase 2: preparazione | » | 148 |
| Fase 3: assessment | » | 151 |

| | |
|---|----------|
| Fasi 4, 5 e 6: desensibilizzazione e rielaborazione dell'evento target | pag. 151 |
| Fase 7: chiusura | » 151 |
| Fase 8: rivalutazione | » 152 |
| Applicazione dell'EMDR nella terapia di coppia | » 152 |
| Applicazione clinica del triangolo di Sternberg | » 171 |
| Test dell'amore triangolare di Sternberg - Istruzioni | » 172 |
| Check-list assessment sessuologico della coppia | » 176 |
| Protocollo EMDR per i disturbi con dolore sessuale - Trattamento | » 179 |
| Intervento riabilitativo per il dolore sessuale | » 180 |
| <i>Bibliografia</i> | » 183 |

Finito di stampare nel marzo 2019
presso la tipografia CSR, via di Salone, 130, Roma
per conto della Casa Editrice Astrolabio - Ubaldini Editore, Roma

ELENA ISOLA
BRUNA MACCARRONE
EMDR E DISTURBI SESSUALI

In un'epoca di cambiamenti sociali e culturali così rapidi e significativi, per orientarsi nella cura dei vari disturbi legati alla sfera della sessualità si rende indispensabile un approccio interdisciplinare.

L'EMDR (*Eye Movement Desensitization and Reprocessing*), nato come metodo innovativo per il trattamento del disturbo post-traumatico da stress e specializzatosi negli anni nel trattamento di numerose psicopatologie, affronta la cura delle disfunzioni sessuali da molteplici punti di vista: cognitivo, emotivo e corporeo.

Partendo da un'idea del comportamento sessuale come 'unità psicosomatica', il metodo EMDR si rivolge alla globalità del paziente con l'obiettivo di ristabilire uno stato di 'salute sessuale': non solo assenza di disfunzioni e malattie, ma condizione generale di benessere fisico, emotivo, mentale e sociale. L'indagine clinica è dunque chiamata a occuparsi non soltanto delle componenti biologiche, ormonali, vascolari e in alcuni casi iatrogene delle disfunzioni, ma anche degli aspetti più strettamente psicologici e relazionali del paziente.

Dopo un'accurata e approfondita disamina delle patologie e disfunzioni sessuali, trattate separatamente per quanto riguarda l'universo femminile e quello maschile, le autrici si concentrano sulle origini traumatiche dei disturbi di natura sessuale, portando in campo una lunga esperienza clinica con vittime di abusi e storie di attaccamento affettivo negative.

Ne emerge un quadro chiaro e documentato di come l'EMDR, che lavora proprio sulla rielaborazione dei ricordi traumatici attraverso la stimolazione bilaterale alternata e i movimenti oculari, possa dare un contributo innovativo ed efficace al trattamento di patologie così strettamente connesse alla storia personale del paziente, sbloccando e riattivando un meccanismo innato di autoguarigione.

Vengono infine illustrate le modalità di intervento terapeutico non solo su un piano individuale ma anche di coppia.

* * *

ELENA ISOLA, psicologa e psicoterapeuta, è specializzata in psicoterapia sistemico-relazionale e sessuologia clinica. Esperta in psicotraumatologia e nel trattamento EMDR, è facilitator e supervisore dell'Associazione per l'EMDR in Italia. Autrice di diverse pubblicazioni scientifiche, ha partecipato in qualità di relatore a importanti convegni in ambito nazionale ed europeo su tematiche sessuologiche.

BRUNA MACCARRONE è psicologa e psicoterapeuta, esperta in psicotraumatologia e nel trattamento EMDR. Supervisore e facilitator EMDR, è membro del Direttivo dell'Associazione per l'EMDR in Italia e board member della EMDR Europe Association. Svolge la sua attività come libero professionista dal 1994 e attualmente presso il Centro Psicoterapia EMDR, di cui è responsabile clinico.