

Il sesso a portata di un click: dipendenza sessuale ed eccessivo uso di internet

*La **dipendenza sessuale** online viene favorita dalla ripetuta e cronica esposizione a contenuti sessuali e rafforzata da una cultura sempre più sessualizzata*

ID Articolo: 142376 - Pubblicato il: 09 gennaio 2017



Nel cyberspazio stanno cominciando ad emergere molte patologie sociali definite “**dipendenze tecnologiche**”, tra queste, un settore che merita un ulteriore esame, è la **dipendenza sessuale** e il suo rapporto con l’uso eccessivo di **Internet**.

By Martina Tramontano – OPEN SCHOOL, Studi Cognitivi Milano

L’avvento di **nuove tecnologie** sempre più sofisticate e la crescita esplosiva dell’accessibilità ad **Internet** stanno profondamente trasformando la cultura e alterando i modelli di comunicazione sociale e di relazione interpersonale.

Le persone sembrano dedicare sempre più tempo della loro vita quotidiana alla connessione al web e, a tal proposito, alcuni studiosi hanno messo in evidenza come nel **cyberspazio** stiano cominciando ad emergere molte patologie sociali definite “**dipendenze tecnologiche**”. Tra queste, un settore che merita un ulteriore esame, è la

dipendenza sessuale e il suo rapporto con l'uso eccessivo di **Internet**. Infatti, il **Sesso** è segnalato per essere l'argomento più frequentemente cercato su **Internet** (Freeman-Longo & Blanchard, 1998), e il perseguimento del **soddisfacimento sessuale online** o "**cybersex**" è un'attività comune tra gli utenti del web.

Ricerca e media si sono molto concentrati, e, talvolta allarmati, sul lato problematico delle **attività sessuali online**, anche se è stato riscontrato che solo una minoranza dei soggetti ha avuto poi esperienze problematiche.

Cooper, Delmonico, e Burg (2000) hanno trovato che solo circa il 17% di coloro che usano **Internet per fini sessuali** mostrano problemi legati ad esso. Forse questa eccessiva attenzione orientata al polo problematico deriva da una credenza secondo cui Internet è un settore pericoloso contenente immagini e film pornografici, prostituzione, pedofilia e infedeltà.

Altri ricercatori hanno descritto il **comportamento sessuale online** come un continuum che si estende dall'adattativo al patologico (Cooper, et al., 1999; Leiblum, 1997). Siccome l'utilizzo di **Internet** continua ad aumentare e sempre più medici e psicologi si trovano ad incontrare pazienti con problemi derivanti da un **comportamento sessuale compulsivo online**, diventa importante capire, valutare e trattare questo fenomeno.

In questo articolo partiremo da una panoramica sul concetto di **dipendenza sessuale** per poi trattare più nel dettaglio la sua relazione con l'utilizzo del web.

La dipendenza sessuale

Il fenomeno di un **desiderio sessuale eccessivo ed atipico** è stato oggetto di molte discussioni cliniche e approfondimenti negli ultimi 30 anni, soprattutto riguardo la legittimità della "**dipendenza sessuale**" ad essere considerata una vera e propria "malattia medica" o semplicemente una "costruzione sociale-esperenziale" (Kwee, 2007).

Nella comunità medica, scientifica e specialistica della sessuologia non si è raggiunto un consenso sul fatto che esista effettivamente e su come descrivere il fenomeno. Gli esperti che ne sostengono l'esistenza la descrivono come un'effettiva **dipendenza**: al pari dell'alcolizzato o del tossicodipendente anche i **sex addicted** non sono in grado di fermare il loro comportamento sessuale autodistruttivo e spesso ignorano le gravi conseguenze fisiche, emotive e interpersonali che esso comporta. Altri studiosi la ritengono una forma di **disturbo ossessivo-compulsivo** e si riferiscono ad essa come ad una **compulsione sessuale** (Kingstone, 2008); altri ancora credono che la **dipendenza sessuale**, sia un mito in sé, un sottoprodotto di influenze culturali o di altro tipo (Giles, 2006).

La controversia riguarda anche il termine più appropriato da utilizzare per definirla: le etichette hanno spaziato da “**dipendenza sessuale**” (Carnes, 1983), “**impulsività sessuale**” (Barth & Kinder, 1987), e “**ipersessualità non parafiliaca**” (Kafka, 2001), a “**comportamento sessuale compulsivo**” (Coleman, 1991) e “**sessualità disregolata**” (Winters, Christof, & Gorzalka, 2010).

Il **comportamento sessuale eccessivo** (ninfomania e satiriasi) viene identificato come una diagnosi medica (F52.7) nell’ICD-10.. Nel DSM-IV-TR viene affrontato solo indirettamente come esempio di un **disturbo sessuale NAS** (302,9) (American Psychiatric Association, 2000). Il DSM-5 getta le basi per un futuro consenso diagnostico includendo al suo interno il “**disordine ipersessuale**”.

Nonostante tale dibattito nosologico, clinico, filosofico sulla **dipendenza sessuale** è evidente l’esistenza di un grosso numero di persone in difficoltà che ricercano un trattamento per un **comportamento sessuale incontrollato**, compulsivo e patologico (Garcia & Thibaut, 2010).

Diventa rivelante però evidenziare alcune considerazioni diagnostiche riguardo la **dipendenza sessuale**, perché non tutti i comportamenti sessuali ritenuti non tradizionali possono configurarsi come una dipendenza o risultano essere necessariamente problematici. Esclusivamente quando il comportamento diventa dominante nella vita dell’individuo e sfugge al suo controllo volontario possiamo identificare una dipendenza e giustificare un intervento professionale.

Carnes (1999) definisce la **dipendenza sessuale** come qualsiasi comportamento compulsivo legato al **Sesso** che interferisce con la vita quotidiana fino al punto di diventare ingestibile. È difficile stabilire l’entità di essa, anche se le stime sembrano variare tra il 3-6% della popolazione (Carnes, 1999).

I ricercatori e gli autori che si sono occupati di definire il costrutto di “**dipendenza sessuale**”, hanno notato l’esistenza di alcuni pattern che si ripetono nelle storie degli individui affetti da tale patologia. Vediamo quali sono:

- **Storie di abusi**: i ricercatori hanno notato una forte correlazione predittiva tra una storia infantile di **abusi** e lo sviluppo di una **dipendenza sessuale** in età adulta (Opitz, Tsytsarev, & Froh, 2009). Traumi precoci come l’abuso fisico, emotivo e sessuale, hanno dimostrato di avere un impatto drammatico sullo sviluppo neurologico, che a sua volta è stato associato con **problemi nel comportamento sessuale** (Katehakis, 2009).
- **Attaccamento** insicuro (Ainsworth, 1969): le relazioni caotiche all’interno della famiglia di origine sono il secondo elemento caratterizzante le storie dei **sex addicted** (Zapf, Greiner, & Carroll, 2008). Violazioni di confine croniche, una storia familiare di dipendenza, “ruoli” rigidi compromettono ulteriormente lo sviluppo portando alla comparsa di sentimenti di vergogna, solitudine, isolamento, rabbia, ansia, e di un

profondo senso di inutilità personale (Ferree, 2010). Queste dinamiche producono un impoverimento relazionale e un dannoso senso di vergogna che alimentano i meccanismi auto-rassicuranti della **dipendenza sessuale** (Flores, 2004).

- Disturbo nel controllo dell'impulso: **deficit dell'attenzione e disturbo dell'iperattività** non trattati (ADHD) sembrano essere altamente correlati con la **dipendenza sessuale**. Sono stati rintracciati diversi parallelismi tra le persone con ADHD e i **sexual addicted**. Entrambi sono orientati alla ricerca di stimoli, gravitano intorno a comportamenti ad alto rischio, ed hanno una bassa soglia per la noia; anche la disregolazione neurochimica è implicata in entrambi i contesti. I ricercatori suggeriscono che lavorare sul **trauma**, rilevante per entrambi i disturbi, deve essere una priorità nel trattamento di essi (Blankenship & Laaser, 2004).
- Comorbidità con i disturbi dell'umore e le altre **dipendenze**: è stato ampiamente osservato il ruolo di interconnessione assunto dalla comorbidità tra **disturbi dell'umore**, altre **dipendenze** e **dipendenza sessuale**. La dipendenza da sostanze, shopping, lavoro, il gioco d'azzardo compulsivo non solo coesistono, ma possono anche giocare una parte nel comportamento ritualistico che porta all'acting out del **sex addicted** (Irons & Schneider, 1994). La ricerca dimostra inoltre che la **depressione** e l'**ansia** sono significativamente più alte nella popolazione sessualmente dipendente che nella popolazione generale (Weiss, 2004).

Le conseguenze di un **eccessivo comportamento sessuale** sono di vasta portata e possono portare alla perdita di relazioni affettive, gravi problemi coniugali e familiari, difficoltà lavorative, problemi finanziari, perdita d'interesse per tutto ciò che non attiene al **sesso**, bassa autostima e disperazione. Inoltre con il passare del tempo gli **individui dipendenti dal sesso** sviluppano tolleranza verso tale pratica e non traggono più soddisfazione dalla loro attività sessuale. Tale fenomeno li costringe non solo ad aumentare la frequenza con cui intrattengono esperienze sessuali, ma anche ad andare alla ricerca di attività sessuali insolite e a fare un maggiore utilizzo del materiale pornografico. È bene tenere in considerazione che i modelli di comportamento discussi sono solo indicativi e non escludono altri segni che possono caratterizzare la **dipendenza sessuale**.

*Uno degli sviluppi più interessanti degli ultimi anni è la connessione tra **dipendenza sessuale** e crescente utilizzo di **Internet**. La ricerca in questa nuova area è solo agli inizi e sembra di gran lunga aver prodotto più domande che risposte rendendo necessari ulteriori approfondimenti.*

Dipendenza sessuale e utilizzo del Web

Generalmente quando si parla di **sessualità online** si fa riferimento a tutte le modalità di impiegare il web allo scopo di raggiungere eccitazione e soddisfazione sessuale.

Tali attività posso comprendere la visione e lo scambio di materiale pornografico, oppure la frequentazione di chat rooms a contenuto sessuale (spesso utilizzando ruoli di fantasia per esplorare i propri desideri sessuali più intimi), la scrittura e la lettura di romanzi erotici, l'uso di web-cam per **attività erotiche virtuali** e la ricerca di incontri con persone che si prostituiscono.

La **cybersexual addiction** è la dipendenza da queste **attività sessuali virtuali**.

Cooper (1998a) ha suggerito che ci sono tre fattori primari che alimentano la **sessualità online** rendendola un'area attraente per il soddisfacimento sessuale.

Essi sono: **accessibilità** (milioni di siti disponibili 24 ore al giorno, 7 giorni alla settimana), **convenienza** (la concorrenza sul web permette di mantenere prezzi bassi e una quantità significativa di materiale sessuale è disponibile senza alcun costo o commissione nominale), **anonimato** (protegge la persona coinvolta, permette la libera esternazione di fantasie sessuali normalmente represses, dà un maggiore senso di libertà e una riduzione del senso di vergogna).

J. Riemersma e M. Sytsma (2013) descrivono la **dipendenza sessuale su Internet** (definita da loro "**contemporary sexual addiction**") come il prodotto di una trilogia "tossica" tra cronicità, contenuti e cultura. Secondo il loro pensiero la ripetuta e cronica esposizione a contenuti sessuali viene rafforzata dal dilagare di una cultura sempre più sessualizzata: questa forte interazione produce un vortice all'interno del quale vengono ingaggiati e si sviluppano i **sex addicted**.

Poiché l'esposizione è la variabile fondamentale, le caratteristiche demografiche associate a questa tipologia di **dipendenza** sono molto diverse e non conformi ai precedenti modelli e, per questo, non può essere trattata mediante le modalità tradizionali d'intervento (Cantor et al., 2013). Ogni tipologia di età, cultura, genere, razza, livello socio-economico, livello d'istruzione sembrano ugualmente colpiti dalla **dipendenza per il cybersesso**. I precursori della **dipendenza sessuale** (descritti precedentemente) non sono più implicati come causale, ma possono fungere da moderatori rispetto al grado di gravità con cui si sviluppa la **dipendenza sessuale online**.