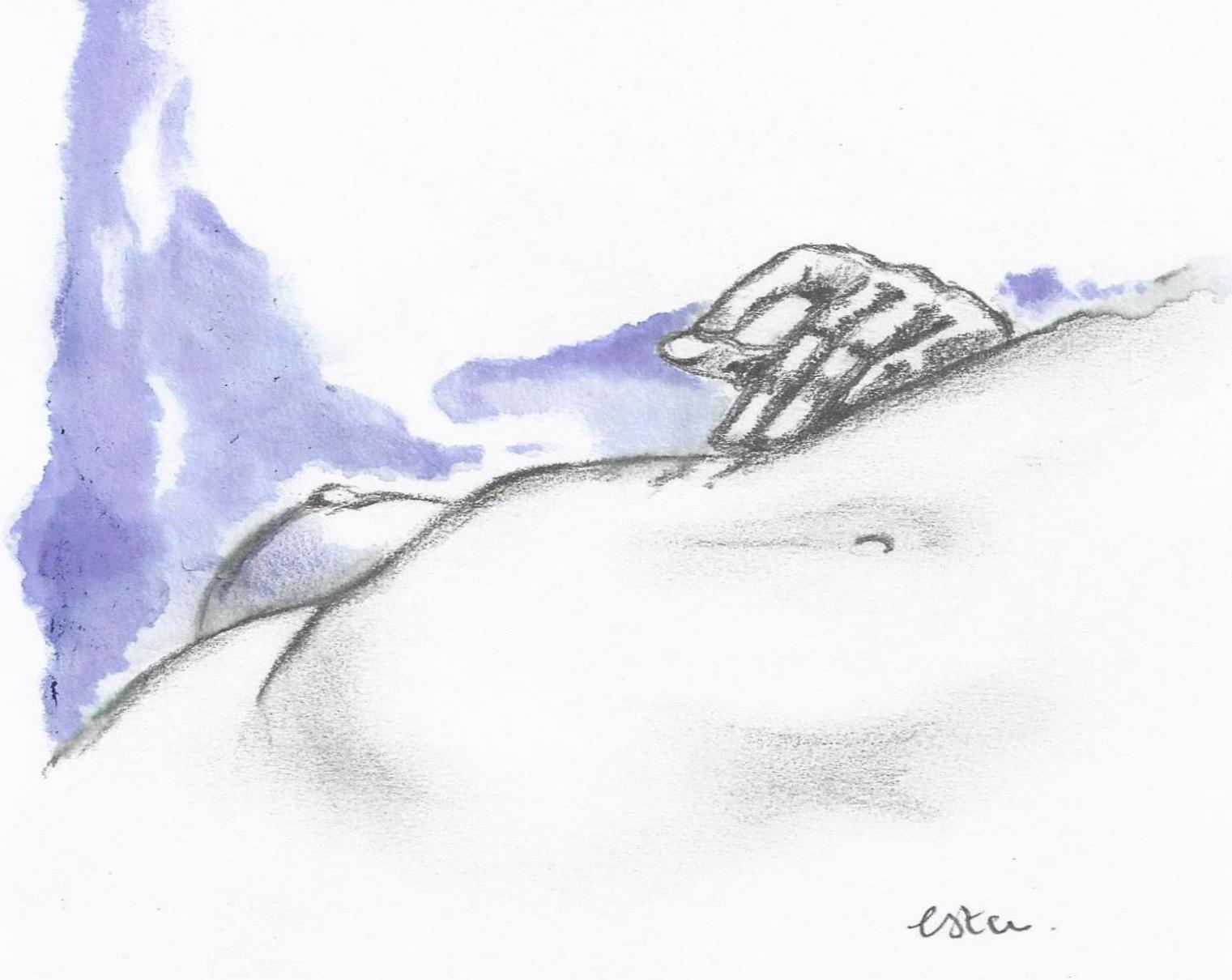


# Santé Sexuelle

La Revue de l'Institut Sexocorporel International Jean-Yves Desjardins



## Dans ce numéro

- *Editoriale* : Elizabeth LE COGUIC
- *Il toccare nell'erotismo*: Martine DRAPEAU
- *Illustration Clinique* : Isabelle CHAFFAÏ
- *La pelle e il tatto* ". *Riflessione sul libro di Ashley Montagu* : Joëlle GOURIER
- *L'Interesse del Sexocorporel nelle altre professioni* : *Intervista da Isabelle CHAFFAÏ (IC)*  
con Prisca JAMI, gynécologue à Paris.



Pour obtenir d'autres informations ou pour soumettre un texte, veuillez vous adresser à : [Elizabeth Le Coguic](#)

## **LA REVUE SANTE SEXUELLE :**

La revue **SANTÉ SEXUELLE** est un organe d'information générale sur les avancées du Sexocorporel et sur la croissance de l'ISI. Toute personne intéressée à soumettre un texte pour publication doit l'envoyer par courriel à :

[ellicel@gmail.com](mailto:ellicel@gmail.com)  
[www.sexocorporel.com](http://www.sexocorporel.com)

Veuillez noter que toute reproduction totale ou partielle d'un article publié dans la présente revue nécessite l'accord écrit de l'ISI et doit être suivie de la référence complète. Les articles publiés dans **SANTÉ SEXUELLE** n'engagent que les auteur(e)s.

## **POLITIQUE ÉDITORIALE :**

Présentation des textes pour la revue:

L'usage du masculin est de rigueur, cela sans aucune discrimination mais en vue d'alléger le texte.

Les textes doivent être écrits dans la langue française pour publication. Il est à noter que si le texte est disponible en italien, en allemand ou en anglais, il sera également publié à la suite de la version française.

Les documents sont envoyés en fichier Word et doivent comporter le nom de l'auteur, son titre professionnel et ses coordonnées complètes (adresse, courriel et numéro de téléphone).

## **CRITÈRES D'ÉVALUATION :**

Tous les textes sont évalués en fonction des critères suivants :

- qualité du français
- réflexions de l'auteur
- nouveauté des concepts amenés par l'article
- approfondissement de concepts déjà connus
- respect du Sexocorporel

## **ACCEPTATION DES TEXTES :**

La décision d'accepter un texte sera prise par les membres de la Commission de la revue **SANTÉ SEXUELLE de l'ISI**. Cette dernière se réserve le droit de faire des modifications mineures aux textes en vue de respecter les normes de publication.

[Elizabeth LE COGUIC](#)  
[ellicel@gmail.com](mailto:ellicel@gmail.com)  
tel: +33 (0)3 90 50 59 33

## **COMITE DE DIRECTION 2013 – 2014 :**

M. **Jeffrey PEDRAZZOLI** (Suisse) : Président

Mme **Michèle BONAL** (France) : Vice-présidente

Mme **Lise DESJARDINS** (Canada) : Secrétaire générale

Mme **Joëlle GOURIER** (Suisse) : Trésorière, (responsable de la Commission du budget et des contrats, responsable de la Commission internet et des communications)

M. **Pascal BENOIST** (France) : Responsable du Comité Scientifique

Mme **Claude ROUX-DESLANDES** (France)

Mme **Patrizia GUERRA** (Italie)

## **LES COMMISSIONS ET LEURS RESPONSABLES :**

**Mélanie TREMBLAY** (Québec) : Responsable de la Commission des Formations

Mme **Elizabeth LE COGUIC** (France) : Responsable de la Commission de la revue

**Karoline BISCHOF**(Suisse) : Responsable de la Commission des membres

## **COMMISSION DE LE REVUE 2014 :**

**Elizabeth LE COGUIC** (France) : Responsable de la commission

**Isabelle CHAFFAÏ, Lise DESJARDINS, Joëlle GOURIER, Elizabeth LE COGUIC** : Relecture et corrections

**"Ce qui compte ne peut pas toujours être compté,  
et ce qui peut être compté ne compte pas forcément"**

**Albert Einstein**

*Cari lettori!*

*Il piacere sessuale è qui l'oggetto delle osservazioni e delle valutazioni, ancorato così bene sia all'osservazione clinica sia alla sua realtà neuro-fisiologica. Risituato nella storia della sessuologia, trova un posto tra le componenti personali del modello di Salute Sessuale. Così anche la lettura di questo tema ci permette di comprendere meglio il piacere sessuale, di mettere le parole giuste là dove il paziente esprime la nebbia e la mancanza, che segnano la sua sofferenza.*

*Al di là di questa precisione da entomologo, vorrei dire con il filosofo: " il piacere si aggiunge all'atto come alla giovinezza il suo fiore " (Aristotele) L'uomo che cerca di dare e prendere piacere nell'atto sessuale, è, come gli epicurei, in una ricerca eminentemente umana.*

*Con la lettura di questi articoli mi torna uno delle parole-chiave del Sessocorporeo "erotizzazione", "erotizzare". Termini innovativi, emozionanti e significativi: dinamici. Se l'archetipo sessuale, iscritto nell'anatomia, riporta alla riproduzione e alla sopravvivenza della specie, la sua erotizzazione rende l'atto sessuale un atto più che umano : ne fa un'arte*

*Elizabeth LE COGUIC*

*Responsable de la revue Santé Sexuelle*



## Il toccare nell'erotismo .

### Martine Drapeau

I progressi nel campo delle neuroscienze, dagli anni 1990 in particolare, offrono spunti rilevanti e forniscono delle ricadute cliniche nel trattamento dell'erotismo. Qui di seguito, questo documento propone alcuni elementi che potrebbero creare dei collegamenti tra il Sessocorporeo e il progresso delle neuroscienze del piacere . Quelle che ad alcuni sembravano deduzioni cliniche ora possono ricevere una seconda conferma, quantitativa e sperimentale, questa volta.

Inizialmente, questa relazione farà una breve panoramica del ruolo del toccare nello sviluppo umano, e il suo impatto nell'età adulta. In un secondo tempo vedremo come il tatto è il più relazionale dei sensi, ciò che viene comunicato da questo senso, e come possa condurre a un'intimità inizialmente emotiva e poi sessuale. In seguito, il tatto e il suo uso saranno trattati come abilità erotiche. Infine, saranno fornite alcune precisazioni su come introdurre il toccare con il cliente e verranno proposte alcune prescrizioni terapeutiche.

Le esperienze cliniche dell'autrice permettono di comprendere che nell'esercizio della sessualità le persone spesso traggono poca soddisfazione nell'essere toccate. Alcuni ritengono di non essere toccati abbastanza, altri di essere toccati in modo sbagliato e alcuni sono infastiditi dal tipo di contatto o da dove sono toccati. Infine, ci sono quelli che vorrebbero toccare di più<sup>1</sup>. In tutti questi casi, ciò che si può dedurre è che, durante la vita, ogni persona costruisce un modo di immaginare, affrontare e utilizzare il toccare. In realtà , le ricerche concludono che le prime esperienze tattili possono contribuire notevolmente a formare e a determinare il funzionamento dell'adulto sul piano affettivo, relazionale, cognitivo (Gallace e Spence, 2010) e sessuale. Inoltre, per introdurre con cognizione di causa con i clienti in difficoltà gli apprendimenti che concernono il toccare nella loro sessualità , è importante conoscere bene il ruolo svolto dal toccare nel loro sviluppo.

Una storia unica per ciascuno.

Nell'utero non esiste nessun altro senso all'infuori del tatto. Il feto è immerso continuamente in un dolce calore indotto dal contatto con il liquido che lo protegge. Durante il parto, è ancora il tatto che dà la maggior parte degli stimoli al feto che lo percepisce ad ogni contrazione. Il primo senso totalmente all'erta alla nascita, il tatto è il più intuitivo e anche il più complesso tra i sensi (Dickie, 2008). Che utilizzi l'apparato viscerale, il propriocettivo o il cutaneo, il toccare raccoglie informazioni e permette di riconoscere cosa può essere ostile o favorevole alla sopravvivenza dell'individuo. Queste prime esperienze di contatto influenzeranno lo sviluppo globale della persona.

Il lattante si forma a partire dalle più primitive esperienze corporee ed emozionali. Molto più di ogni altro senso, tramite il tatto, la pelle stabilisce il confine tra sé, l'ambiente e gli altri. Ha un ruolo che aiuta a strutturare e a modellare l'identità dell'individuo (Lauras-Petit, 2001).

E' ormai accertato che se non è toccato nei primi due o tre mesi di vita, l'individuo rischia di essere più angosciato e più aggressivo (Dickie, 2008). Quando il contatto è vissuto positivamente, cioè con piacere, migliora la crescita del lattante. Permette al bambino di sviluppare un attaccamento sicuro (Feldman, 2011) e una buona autostima (Copstead 1980 Boudreault, 2004). In questo sviluppo affettivo, il bambino cercherà il contatto fisico e tenderà a esplorare e a esprimere i propri bisogni (Hatfield, 1994, Feldman, 2011). In età adulta, gli effetti saranno positivi, facendo di lui una persona stabile e capace di impegnarsi nelle relazioni (Feldman, 2011), poco incline a sentirsi abbandonato,

aperto all'esplorazione del toccare e capace di apprezzarla qualitativamente e quantitativamente. (Campioni-Steele, 2011).

Al contrario, quando l'esperienza del contatto è negativa, addirittura spiacevole o dolorosa, il bambino è portato ad avere un comportamento più autodistruttivo (Hatfield, 1994), ha paura di esplorare il suo ambiente e può avere dei comportamenti sessuali inadeguati (Prescott 1975, Hatfield 1994). Le conseguenze in età adulta saranno il sentirsi a disagio nell'intimità o di evitarla, o ancora la tendenza a diventare più. Nel suo sviluppo erotico, le persone provenienti da ambienti familiari in cui il toccare è permesso tendono ad apprezzare di più i piaceri della sessualità (Prescott in Hatfield 1994). Pensate ai giochi come " la bestiolina che cammina" o "indovinare la lettera o il disegno fatto sulla schiena da tuo fratello o tua sorella." Questi sono alcuni fra i giochi che precedono e contribuiscono alla costruzione dell'erotismo. Tuttavia, in alcune famiglie, e a seconda della cultura da cui l'individuo proviene, la mancanza di contatto, o la presenza di contatti inadeguati (violenti, non rispettosi dell'intimità corporea e di zone private) inducono nell'adulto un disagio nella sessualità. Il modo in cui l'individuo ha costruito il suo rapporto con il toccare è lì per qualcosa.

## Il toccare e la comunicazione

Il tatto è un senso che ci lega gli uni agli altri. Si tratta di una parte importante della comunicazione interpersonale. Le mani, in particolare, sono centrali nel sistema di (della) comunicazione. Le mani quando toccano, comunicano un'emozione, e questa comunicazione è sempre bidirezionale; quando io tocco, sono anche toccato. La comunicazione del tatto induce, in relazione al contesto in cui si verifica, cambiamenti nel pensiero, nei sentimenti, nelle percezioni e nei comportamenti. Hertenstein (2011) ha dimostrato che, semplicemente toccando tutte le parti del corpo si possono percepire distintamente le emozioni come rabbia, paura, tristezza, disgusto, felicità, gratitudine, simpatia e amore. In questo senso, è difficile mentire sullo stato interno quando si tocca o si è toccati. Un'incongruenza tra ciò che si prova e ciò che è percepito rischia di causare malessere nel contatto. Inoltre, affinché il toccare sia percepito positivamente, deve essere congruente con l'intimità della relazione e questo è particolarmente vero per la donna.

## Il toccare e l'intimità.

Toccare è un modo di base che porta all'intimità affettiva aprendo la porta all'intimità sessuale. Esprime l'evoluzione delle componenti della relazione di coppia. Così i contatti sarebbero meno fitti all'inizio della relazione per aumentare con l'impegno durante il primo anno di frequentazione. Dopo un anno di convivenza, tenderebbero a diminuire (Gallace e Ssu pence 2010).

Secondo Hertenstein (2011) tre tipi di contatto fanno sperimentare l'intimità. L'uno permetterebbe di esprimere un'attrazione e un intento sessuale. L'altro esprimerebbe l'affetto e una visione positiva del partner, mentre l'ultimo coinvolgerebbe parti del corpo ed esprimerebbe il "noi" della relazione.

Secondo Ghedighian-Courier (2006), la sequenza delle parti toccate nella relazione si definirebbe in funzione dell'intensità e della natura della relazione stessa. Così, il contatto mano / pelle riguarderebbe le relazioni sociali, come si osserva nello stringere la mano a qualcuno. Il contatto bocca / pelle mostra una relazione che rivelerebbe una maggiore intimità nei confronti di persone più significative, come nel bacio che si dà ad un amico sulla guancia. Il bacio sulle labbra, almeno nella

nostra cultura, avrebbe una connotazione più sessuale e generalmente invita a questo tipo d'intimità . Infine, i contatti bocca/sexo e sesso/sexo sarebbero apertamente sessuali.

Il toccare e l'erotismo.

L'erotismo fa riferimento alla capacità di provare sensazioni di piacere sensuale e sessuale. Per far sì che il piacere compaia, il toccare deve essere codificato positivamente da coloro che si accarezzano. Inoltre, proprio come la sessualità si radica nel contatto pelle a pelle, il toccare è il cuore dell'erotismo.

Herenstein (2011) spiega che la pelle possiede dei recettori che generano risposte piacevoli sia perché ci sono parti del corpo che sono erogene sia perché ci sono terminazioni nervose nocicettive che generano degli affetti sia positivi sia negativi (traduzione libera, p. 306).

Per quanto riguarda le parti erogene del corpo, sappiamo che i recettori sensoriali sensibili al tatto sono più numerosi sulle dita, sul viso (soprattutto a livello della lingua e delle labbra) sia a livello dei genitali. Tra questi recettori alcuni saranno più sensibili al freddo e alla deformazione della pelle, com'è nel caso dei corpuscoli di Krause che si trovano più numerosi nelle labbra, nella lingua, nel glande, nel clitoride e nella regione perianale. I corpuscoli di Pacini, sensibili alle forti pressioni, sono più numerosi sulle dita, sul pene e sul clitoride. I recettori sensibili allo sfregamento e toccare facendo pressione, i corpuscoli di Meissner, si trovano in numero maggiore sulle piante dei piedi, i palmi delle mani, le labbra, gli organi genitali esterni. Infine i corpuscoli di Merkel che svolgono un ruolo importante nella discriminazione tattile sono sensibili alle minime vibrazioni e al tocco leggero. Sono più numerosi a livello dei capezzoli. E' già possibile constatare l'importanza della variazione del tipo di contatto (sfioramento, carezza, pressione) che conse

Il sesso della persona ha la sua importanza. A parità di taglia le donne hanno una superficie cutanea maggiore dell'uomo. Questo può essere spiegato in gran parte dal fatto che hanno più curve (seni, fianchi, glutei). Complessivamente le zone erogene differiscono a seconda che la persona sia un uomo o una donna. Zone erogene comuni a entrambi i sessi sono i genitali, le labbra, la lingua, il naso, il collo e le spalle, i capezzoli e l'interno cosce. Una differenza da considerare è che, con la stessa superficie, il clitoride possiede il doppio delle terminazioni nervose rispetto al glande ed è l'unico organo la cui unica funzione è il piacere. Altre aree più eccitabili sessualmente nella donna sono le guance, le orecchie, i seni, i fianchi e i glutei. Nell'uomo ci sarebbe una maggiore sensibilità a livello delle ciglia, dei lobi delle orecchie, dell'ombelico, e della parte bassa della schiena.

Tuttavia, l'erotismo non si riduce nel sapere dove e come toccare il proprio partner sessuale. Questa sarebbe un'applicazione tecnica priva di significato. Come suggerisce Herenstein (2011), la qualità della percezione del tatto è modulata non solo dal tipo di contatto, ma anche da altre variabili del contesto come il sesso, lo stato della relazione, e il contesto globale. E' qui che si può comprendere che le terminazioni nervose nocicettive entrano in gioco nella percezione del contatto sulla pelle.

Anche se la donna ha il vantaggio biologico di avere una più ampia superficie cutanea, un maggior numero di zone erogene e una sensibilità al tatto maggiore dell'uomo, ciò da solo non indica che le donne abbiano una visione più positiva del toccare. Herenstein (2011) cita uno studio di Nguyen et al. (1975) in cui i soggetti sono stati invitati a individuare ciò che significava per loro essere toccati su 11 diverse parti del corpo da una persona di sesso opposto che conoscevano (esterni alla famiglia).

Dovevano attribuire un significato a ogni tocco a partire da una scala che rappresentasse diversi stati emotivi come il carattere piacevole, sessualmente desiderabile, il divertimento, l'amicizia, la compagnia, il calore e l'amore. I risultati hanno rivelato che la maggior parte degli uomini percepisce il contatto come sessuale, quanto più è codificato come piacevole, caloroso e divertente. Se l'uomo non è sposato, lo stesso contatto sarà codificato come ancora più divertente. Nella donna è il contatto senza connotazione sessuale quello che sarà percepito come amorevole, divertente e amichevole; se il contatto ha una connotazione sessuale, non lo codificherà in modo così positivo soprattutto se non è sposata. Altri studi citati dallo stesso autore lo portano a concludere che per far sì che il tocco sia percepito positivamente, il grado di intimità del toccare deve essere congruente con il grado di intimità nella relazione, soprattutto per la donna. Un contatto sessuale fatto da qualcuno che è considerato intimo sarà allora vissuto positivamente. Costata inoltre che gli uomini e le donne misurano la familiarità della persona che tocca con diversi livelli d'importanza; gli uomini sono meno disturbati dall'essere toccati da estranei, mentre alle donne non piace essere toccate da estranei. Infine, sia per uomini sia per le donne, essere toccati da qualcuno dello stesso sesso è codificato negativamente, e ciò, ancora di più per gli uomini.

Altre variabili importanti legate al toccare che consentono di assegnare una connotazione positiva sono la motivazione e l'intento del toccare. Queste variabili saranno influenzate non solo da quello che accade tra i partners sessuali nel qui e ora, ma saranno influenzate dalla storia di ciascuno, come spiegato in precedenza.

Alcuni elementi di neurobiologia del toccare chiariscono bene la comprensione del ruolo del tocco erotico interpersonale. Vorrei aggiungere alcuni elementi della neurobiologia del toccare. È stato recentemente scoperto che la pelle ha una capacità globale di riconoscimento dello stress. Indipendente dal sistema centrale di risposta allo stress, la pelle sarebbe l'equivalente dell'asse ipotalamo-ipofisi-surrene permettendo la secrezione di diversi neurotrasmettitori: considerando che le prime esperienze legate al toccare migliorano, quando sono vissute positivamente, la produzione di cate

È molto probabile che questo influenzerà positivamente la reattività al toccare durante la vita della persona e una volta adulto. Infatti, la dopamina stimolerà l'individuo, lo incoraggerà a cercare novità, avrà un effetto stimolante. Si dice che la dopamina sia l'ormone della passione. L'ossitocina, ormone dell'attaccamento, ha anche un effetto calmante, induce alla fiducia e all'empatia. È nettamente più elevata dopo l'orgasmo. I livelli di serotonina, invece, sarebbero maggiori quando vi è un attaccamento rassicurante, permettendo una maggiore tolleranza alle frustrazioni.

La mancanza di contatto nelle prime esperienze di vita dei singoli, contatti spiacevoli o addirittura dolorosi indurranno un eccessivo sviluppo del cervello rettiliano, creando così una tendenza a vivere una maggiore rigidità, una maggiore vigilanza nei confronti del proprio ambiente e quindi risposte più veloci e automatiche di fronte a fattori stressanti. I livelli di cortisolo nell'ipofisi e nel plasma sarebbero più elevati, situazione che attiva l'amigdala e inibisce l'ippocampo. In termini più semplici, più c'è cortisolo più la persona diventa vigile e tesa nel corpo, e tanto meno è in grado di riflettere e trovare un significato nell'esperienza che sta vivendo. La risposta al tocco è pregiudicata, e si crea una chiusura che determina diversi tipi di disagio, come ho detto sopra.

Considerando questi elementi di natura neurobiopsicologica, l'intenzione e lo scopo del toccare e di lasciarsi toccare, sono così colpiti. Dal punto di vista dell'erotismo, il toccare comunica il desiderio di attirare a sé, un invito a una maggiore intimità. Si deve prima sedurre. Guardare il proprio partner, mostrarsi, avvicinarsi, baciarsi, accarezzarsi: questi sono tutti elementi che mostrano la motivazione a vivere l'erotismo. Al senso del tatto saranno associati gli altri sensi. Questo permetterà di rendere più

cosciente il fatto che si tocca o che si sia toccati, cosa che andrà ad aggiungersi al piacere intensificando la sensazione. In un'esperienza positiva dell'incontro a corpo a corpo, l'orgasmo non è più considerato l'unica finalità dell'incontro. I partners potranno godere a nutrire l'eccitazione, i pensieri eccitanti e i sentimenti che invitano all'apertura saranno condivisi, i corpi danzeranno insieme.

Quando l'esperienza del contatto è stata piuttosto negativa, questa intensificazione nel piacere non potrà verificarsi, o le espressioni di intimità sessuale saranno fatte sparire. C'è il rischio che vengano messe in atto differenti misure di difesa. In queste situazioni, l'individuo cercherà di evitare lo sguardo e di ridurre i punti in cui toccare o lasciarsi toccare. La fluidità delle carezze rischia di interrompersi, il corpo sarà più teso, il respiro più corto. Ci saranno pochi scambi verbali, e i partners rischiano di cercare la sola finalità dell'incontro cioè l'orgasmo.

Spesso è in questo contesto che le persone vengono per chiedere aiuto al sessuologo. Di solito arrivano con uno o più sintomi di disfunzioni sessuali. Si lamentano di non avere desiderio sessuale, di non essere sufficientemente stimolati sessualmente dal loro partner, o al contrario di esserlo troppo. Alcuni dicono di non sentire nulla quando vengono toccati, o che non sentono ciò che desidererebbero sentire. Così, per capire cosa sta succedendo in queste persone, dobbiamo prima fare una valutazione precisa di ciò che sta accadendo nella loro sessualità, e valutare come il toccare possa eventualmente essere recuperato.

Una valutazione sessuologia precisa.

Non è qui il caso di rivedere la valutazione Sessocorporea. Più precisamente si tratta di prestare attenzione ad alcuni elementi relativi al toccare che devono essere considerati nel processo di valutazione clinica. Prima di tutto, può essere opportuno dare uno sguardo eziologico a partire dallo sviluppo personale legato al toccare. Si potranno rilevare alcuni elementi del come si sono costruiti i legami con i genitori. Che tipo di attaccamento questo individuo ha sviluppato durante il suo primo anno di vita? Si è modificato nel tempo? E come? In famiglia, c'erano manifestazioni di affetto? I contatti erano permessi e adeguati? Come questa persona si è sviluppata dal punto di vista dell'identità? era valorizzato il fatto che si trattasse di un ragazzo o di una ragazza? Si è costruito un'immagine positiva del corpo che gli permettesse di sentirsi a proprio agio nell'esprimersi con il corpo? Quali giochi sessuali erano presenti? Erano fatti con coetanei? Ci sono stati traumi legati ai confini dell'intimità sessuale? Che ricordi ha delle sue prime esperienze sessuali nell'adolescenza? I giochi sessuali sono stati vissuti con il permesso o con vergogna? Queste sono tutte domande che permetteranno di valutare su quale terreno neuropsicologico la persona ha vissuto le proprie esperienze passate. Ciò permetterà una mig  
In seguito faremo una valutazione della sua storia contemporanea in relazione al toccare. Nel valutare la funzione dell'eccitazione sessuale, sarà importante individuare i confini delle zone da toccare e la loro recettività. Il toccare è generalmente percepito come piacevole? Qual è la sua capacità di sentire e vivere le emozioni nel contatto? C'è confusione tra la necessità di essere toccato affettivamente, e il bisogno di essere toccato sessualmente? Infine si valuterà quale è il sentimento di amore nei confronti del partner, quali giochi di seduzione sono presenti, se ce ne sono. Infine valutare le abilità erotiche presenti, compreso il registro dei modi di eccitazione sessuale in quanto si riferiscono alla dimensione propriocettiva del toccare, e, infine, la varietà dei modi di toccare a cui la persona è ricettiva, e quelli che usa con il o la partner.

La valutazione della vita passata e attuale permetterà alla persona di raccontare la sua storia e le sue esperienze nel toccare: ciò che era assente, imbarazzante, piacevole, eccitante. Nominerà ciò che si ripete da tanto tempo, ciò che vuole mantenere, ciò che vuole cambiare senza riuscirci. Tuttavia,

alcune esperienze non potranno essere nominate. Queste riguardano esperienze più viscerosomatiche. C'è una memoria implicita del toccare e ciò che è stato registrato dal corpo talvolta sfugge alla coscienza.

Il trattamento sessoterapico.

Nel trattamento sessoterapico, sarà importante creare i legami tra lo sviluppo, le esperienze passate e il vissuto attuale della persona. Un percorso che permette una presa di coscienza significativa per sanare prima le carenze e le ferite del passato, e creare una apertura a nuove esperienze.

La valutazione sessuologica avrà permesso di identificare gli schemi del funzionamento dell'individuo in relazione al toccare. Sarà importante vedere come si riproduce nella vita presente. La consapevolezza da parte della persona, di questi modelli di funzionamento che si ripetono, gli permetterà di riconoscere ciò che non è stato completato e rimetterli a posto. Una volta che identificherà i suoi schemi, la persona sarà invitata a dare un significato alla sua difficoltà. In questo contesto, si tratterà per il terapeuta di aiutare l'individuo a regolare il suo stato affettivo, a mentalizzare. Accettare lo stato affettivo, riconoscere il vissuto distinguendo i bisogni di contatto sessuale, rispetto ai bisogni di contatto affettivo, gli permetterà di dare un senso alla sua storia. In questo contesto potrà giungere a modificare la memoria della sua esperienza, per trovare un nuovo significato. Il passo successivo sarà quello di fare diversamente, ma come?

Sarà importante non prescrivere esercizi di alcun tipo, se l'individuo non capisce il significato della sua difficoltà. Una prescrizione deve essere data al momento giusto, altrimenti è semplicemente una tecnica che si applica alla persona. La sua efficacia sarà di breve durata, anche se la persona farà gli esercizi in questione.

Alcune prescrizioni che mi appaiono efficaci nel recupero al toccare sono le seguenti : alle persone che si lamentano di non essere sufficientemente toccate, possiamo chiedere se loro stessi toccano le altre persone. In molti casi, il toccare è motivato da una domanda di affetto o di sessualità. Sono rari i contatti che esigono poco dall'altro. Si consideri, ad esempio, a una mano messa furtivamente sulla spalla o sul fianco del partner mentre lo si incrocia in una stanza della casa. Il toccare induce il toccare, i partners sono invitati a toccarsi nella vita quotidiana senza una particolare aspettativa. Si tratta di creare un'abitudine al contatto.

Successivamente, e quando sembrerà opportuno, la persona viene invitata a sedersi vicino più regolarmente, per incollarsi di più al partner. Capita molto spesso che i partner dormano vestiti. Può essere saggio invitarli a dormire più spesso nudi. Il semplice fatto di stare appiccicati pelle contro pelle aumenta i liv.

Infine, quando la persona si sente più a suo agio con questi tipi di contatto, è anche più incline a stabilire un rapporto più intimo in cui il desiderio di carezzare ed essere accarezzata si manifesti maggiormente. In questi momenti, la persona è alla ricerca di modi per toccare. Chiede se il massaggio potrebbe essere un buon modo per incontrare il o la partner. S'interessa ai modi di toccare che potrebbe utilizzare. E' a questo punto che il terapeuta informa la persona dei modi diversi di toccare quali lo sfiorare, il palpare, l'impastare. E' anche possibile suggerire libri sulle tecniche di massaggio, che permettano ad una persona di sviluppare il proprio modo di toccare il o la partner.

Conclusion.

I dati qui presentati brevemente sembrano confermare la possibilità di un ricco contributo delle neuroscienze, sia nella comprensione clinica del Sessocorporeo sia nella comprensione delle reazioni sottostanti che rendono dinamica la terapia. Tuttavia sembra rilevante sviluppare ulteriormente ciò che permette al corpo di essere ricettivo all'integrazione degli esercizi di crescita erotica al di là degli aspetti tecnici di movimenti che possono essere proposti, sempre nella clinica.

Gli elementi di neuroscienze presentati qui confermano l'importanza e la pertinenza di un approccio integrato, come il Sessocorporeo. Altre ricerche dovrebbero mirare in particolare allo studio delle risposte neurologiche e sensoriali durante gli esercizi d'integrazione dell'erotismo proposti dal Sessocorporeo.

Bibliografia.

Boudreault, Andréa (2004) Etude descriptive des effets du toucher affectif sur l'estime de soi de personnes âgées hospitalisées à l'unité de courte durée gériatrique, Essai présenté à l'Université du Québec à Chicoutimi comme exigence partielle de la maîtrise en sciences infirmières (consulté le 22 juillet 2013 sur : <http://constellation.uqac.ca/620/1/18386681.pdf>)

Dickie, Bonnie (2008). La science du toucher, documentaire diffusé sur Explora, le 10 octobre 2013.

Feldman, Ruth (2011) Maternal touch and the developing infant dans The handbook of touch : neurosciences, behavioral, and health perspectives, chapitre 15, sous la direction de, Matthew J. Hertenstein et Sandra J. Weiss, New York : Springer publishing company, p.299-328.

Gallace, Alberto, Spence, Charles (2010). The science of interpersonal touch: an overview, Neuroscience and biobehavioral reviews, 34, 246-259.

Ghedighian-Courier, Josy-Jeanne (2006). Le toucher, un sens aux multiples avatars, Cahiers jungiens de psychoanalyse, 2006/2 n° 118, p.17-28.

Hatfield, Robert W. Ph.D. (1994) Touch and human sexuality , dans V.Bullogh, B. Bullough, & A. Stein (Dir.), Human Sexuality: An Encyclopedia, New York: Garland Publishing, (consulté le 17 juin 2010 sur): <http://faculty.plts.edu/gpence/PS2010/html/Touch%20and%20Human%20Sexuality.htm>

Lauras-Petit, Agnès (2001). Excitation et toucher, Enfances & Psy, 2001/2 n° 14, p.100-107.DOI

## Vignette clinique

### Isabelle CHAFFAI

Samantha ha 39 anni ed è alta 1,75 m. Indossa pantaloni stretti e una giacca . E' sposata senza figli. Quando entra per la prima volta, il suo approccio è tonico . Cammina rigida , nessun movimento , nulla si muove , nemmeno una ciocca di capelli che sono tagliati corti , " come sua madre le richiedeva " , ma soprattutto come suo padre amava, vale a dire come un ragazzo .

Si siede sulla punta delle natiche, e rimane con la testa dritta guardandomi ben in viso . Senza alcuna mimica, fa una richiesta d'aiuto per vivere meglio la sua prima relazione d'amore . Si concentra in particolare a sottolineare la sua difficoltà a ricevere carezze sul corpo e tocchi più sensuali. Pensava che l'essersi sposata l'avrebbe liberata da certi limiti. Sintesi della sua storia :

Samantha è una bambina che non è stata desiderata da sua madre e che suo padre rifiutò. Sua madre l'ha picchiata fino al suo 18 ° compleanno, nonostante la sua grande statura.

Allora, da piccola, Samantha per compiacere suo padre spesso andava con lui a fare bricolage, arrampicandosi sugli alberi per tagliare i rami, il giardinaggio, la caccia. Queste sono gli unici momenti in cui si ricorda, come della sensazione di essere amata da suo padre.

Dalle violenze fisiche, alle violenze verbali da parte di sua madre, che gridava contro suo padre sia contro Samantha, ha fatto sì che speso più tempo possibile fuori da se stessa . Fino al giorno in cui è riuscita a superare le sue paure : si è pagata gli studi per accedere ai concorsi in grandi scuole, e se ne è scappata.

Questa abitudine di vivere all'esterno, sarà un punto di riferimento per lei nella sua vita attuale, perché ha continuato a vivere fuori nonostante la sua vita coniugale, considerando il suo appartamento come un albergo, fino a quando non viene in consultarmi. Prima viveva fuori tutto il tempo, senza mai occuparsi del suo appartamento. E ho fatto un parallelo tra l'interno della sua casa e l'interno del suo corpo. (1)

Durante la valutazione sessoclinica, Samantha ammette che ancora non si spiega come un uomo sia venuto da lei. Eppure è molto seducente e bella, aggiunge il marito. "E' stato paziente, ha detto, ma non posso lasciarmi toccare da molto tempo, e ancor meno a livello del ventre e del sesso. Lui mi prende la mano e vuole prendermi tra le sue braccia, ma io non sento niente, e ci è voluto molto tempo per avere rapporti sessuali. Lo faccio tes, e non mi piace che mi accarezzi, quindi lo fa in fretta. E lui ne soffre, perché è morbida e mi piacerebbe mi carezzasse di più nei preliminari. "



1. Per vivere una buona intimità con se stessi e con l'altro è auspicabile avere un posto nella vita in cui ci si senta sicuro, in grado di rilassarsi e creare la propria vita. Ma suo marito mi ha detto che si occupa poco del suo che, lei non si riposa mai, lavorando dal Lunedì al Sabato e la Domenica preferisce l'arrampicata o il trekking. E 'come un albergo senza cameriera aggiunge il marito, o lei definisce la sua attività a 22H, e lei lascia la mattina senza aver messo piede in cucina o,

che si occupa dei suoi affari fino alle 22 ,e riparte al mattino senza avere messo piede né in cucina né in salotto né nel salotto.

Vi presento questo caso per evidenziare come il Sessocorporeo permetta un lavoro di sensorializzazione, e di ricordo dell'importanza dei nostri neuroni specchio nostri. (2)

Poi ricordare le cause dirette e indirette dei suoi problemi.

In termini di causalità indiretta, la storia spiega molti comportamenti attuali. La psicoanalisi che ha iniziato l'ha aiutata a capire i motivi dei suoi ritegni. Questa terapia l'ha tenuta nel mentale ? Samantha voleva sapere come superare le sue paure e a evolvere nella sua coppia?

In termini di causalità diretta, io ho potuto, dopo averla ascoltata, tenendo conto dei suoi timori, dei suoi terrori, dei suoi traumi accompagnarla per darle il gusto di dare un piacevole memoria alla sua pelle. In modo che il toccare superficiale diventasse piacevole, e che le fornisce rassicurazione, sicurezza affettiva, come ad esempio una forma di contatto d'attaccamento che lei non ha mai conosciuto. Le ho mostrato alcuni punti da massaggiarsi da sola, cosicchè lei senta, attraverso le pressioni, la tensione nelle sue braccia e nelle mani, e che partendo da queste pressioni, lei apprezzi queste zone accessibili tocamenti più dolci, più superficiali (3).

Le consultazioni in coppia hanno permesso di prendere in considerazione il punto di vista di suo marito, e di proporre alla coppia dei giochi erotici con alcune istruzioni. Esempio: avere gli occhi aperti piuttosto che gli occhi chiusi, andare velocemente poi finire lentamente ... cominciare dalla pressione su determinate zone del corpo, per poi finire con sfioramenti \*. A seconda delle aree del corpo, Samantha aveva come consegna di memorizzare cosa sentisse e le sue emozioni, e dividerle con il marito, deliziato da questi scambi.

Inizialmente, come molte persone picchiate, Samantha sentiva solo la testa e le mani : ella si è dissociata per sopravvivere, e la sua mente l'ha aiutata ad avere un' identità sociale, ma ha mantenuto un guscio emotivo. Questo mi permette di dire : ho guardato la sua respirazione, e ho visto una parte superiore del corpo immobile con uno spazio corporeo ridotto.

2. Un grande passo per la ricerca di base, ma anche per la ricerca clinica. Pubblicato in Science2, questo risultato potrebbe portare un giorno a cancellare i ricordi di eventi traumatici. Questi neuroni che mantengono la paura in memoria ,tratti dalla ricerca di Bruno Bontempi , co - autore dello studio e ricercatore presso il Centre for Integrative Neuroscience e cognitives1 , un team internazionale , tra cui un ricercatore CNRS , è stato in grado di dimostrare che il ricordo è codificato all'interno di una rete di neuroni specifici e identificabili ! "In precedenza , abbiamo dimostrato che i neuroni che sovrapproducono una particolare sostanza , la proteina CREB ( adenosina monofosfato ciclico Response Element- Binding ) , situati in una regione del cervello chiamata " amigdala laterale , " vengono attivati quando si parla di un evento che fa paura . Questa equipe ha identificato con precisione e rigorosamente la rete di questi neuroni nel cervello.

3. Qualora una persona è in una ipertonicità corporea , raramente apprezza le carezze . Sta bene a partire dalla tensione muscolare e solo la pressione raggiunge i suoi recettori profondi. Le informazioni trasmesse al suo cervel lo sono come una presa di coscienza che lei è tesa. una leggera pressione o una palpazione, impara a rilassarsi per vivere in sicurezza dei tocamenti teneri ( recettori superficiali ) .

Attraverso gli esercizi di respirazione, ho notato un movimento come una cavità quando espirava, come una cassa di gonfia quando lei inspirava. Stava iniziando una mobilità. Samantha si sentì come se il suo spazio corporeo dell'alto del corpo diventasse più ampio, con una sbarra a livello del diaframma, come se fosse bloccata : la parte superiore del corpo è stato tagliata dalla parte inferiore del corpo. La respirazione addominale non era per nulla collegata alla respirazione toracica e diaframmatica.

Le ho dato uno schema del corpo e ad ogni sessione, lei mi mostrava ciò che aveva sperimentato. Man mano, lei apprezzava i suoi progressi, come se diventasse più viva, come se abitasse sempre di più il suo corpo. Quando mi parlava delle sue nuove sensazioni , faceva delle pause sull'immagine e ciò le permetteva di sentire di nuovo i piedi , le gambe , le natiche , il sesso , la base della schiena , la colonna vertebrale dorsale e la nuca e ogni volta in cui era difficile sentire, le facevo fare movimenti dolci ,di tensione e di rilasciamento , e poi le ho chiesto di mettere le mani sulle parti del corpo si sentiva meno . Le ho lasciato il tempo di appropriarsi di quelle parti del suo corpo e lei ho chiesto se fosse cambiato qualcosa in lei. In sintesi, tutto ciò le ha permesso di entrare dolcemente all'interno di se stessa, e, guarda caso, in parallelo, ha investito di più l'interno della sua "casa dolce casa ".

Certo, che ciò che non è memorizzato nel corpo, di quando era piccola, non può essere nella sua memoria affettiva.

Tuttavia, in modi che le ho proposto, ha accettato di toccarsi, e l'adesione cognitiva ed emotiva ha fatto sì che Samantha abbia potuto sperimentare tipi diversi di tocco. Ha cambiato il modo di fare la doccia, di sfregarsi in modo duro e velocemente quando si lavava o asciugava, si è presa il piacere di scoprire il suo corpo con il latte idratante a godendo del suo corpo profumato, ha goduto a vestirsi con tessuti più fluidi, più morbidi.

Dopo diverse consultazioni, Samantha mi ha chiesto cosa significasse " io lo uso, io lo imparo", scritto in televisione. Così mi sono offerta di guardare il DVD sui corpi erotici, che l'ha guidata e le ha permesso di capire che era grazie alla pratica che stava imparando.

Si può osservare che, nonostante ciò che è stato vissuto sin dalla nascita, e anche se c'è stato abuso, il corpo è in grado di fornire sensazioni piacevoli da esplorare e si può imparare con se stessi (4). Ed è così che nel corso dei 3 mesi successivi, Samantha ha goduto del sole estivo sulla sua pelle, ha sentito la sabbia sotto i piedi, ha memorizzato la sensazione di acqua calda o fredda, ed ha potuto accettare che il suo compagno le passasse delicatamente la crema sulla schiena, poi sul retro delle gambe. Solo per il ventre, ha avuto bisogno di più tempo.

Al rientro dalle vacanze Samantha era trasformata, indossava un abito di seta aderente nella parte superiore e fluido nella parte bassa. Il suo corpo si muoveva con una tonicità più fluida. Suo marito è tranquillo e gentile, e molto rassicurato circa il suo amore per lei nonostante i suoi limiti, Samantha ha potuto accettare l'avvicinamento della mano di lui nella propria.

Il suo volto era sorridente quando ha detto che era in grado di accettare l'abbraccio con il marito. E' stata addomesticata dalla dolcezza e dalla tenerezza di suo marito.

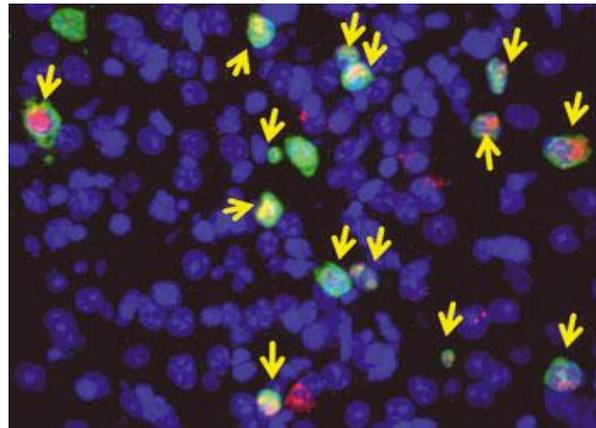


4. P229 Tiffany Field psicologa el Massachusetts spiega «*nei bimbi , una mancanza di abbracci e carezze sembra causare una crescita del cervello e lo sviluppo dell'intelligenza emotiva più lenta , vale a dire la capacità di organizzare le emozioni* »

Ha imparato a lasciarsi andare, ad abbandonare la testa sul suo petto, per essere intrecciata tra le sue braccia, nella sicurezza e nel piacere. Lei si è sorpresa a muoversi a ritmo musicale questo corpo ritrovato coscientemente.

Mentre espirava delicatamente e lentamente, Samantha ha sentito il suo spazio dell'alto del corpo più caldo, più aperto, più mobile. Ha sentito fisicamente il suo cuore battere. Il tocco cenestetico le avrebbe permesso di lasciarsi toccare all'interno di se stessa, di ascoltare il suo sentire ?

Dal momento in cui ha vissuto gli abbracci, i preliminari con piacere, ha potuto connettersi ai suoi turbamenti, alle sue emozioni positive, e da lì è nata l'espressione corporea dei suoi sentimenti d'amore



5. S.Josselyn / SicksKids Hospital, Toronto , Canada

Questi sono i neuroni che superproducono della proteina Creb (freccie) che mantengono la paura in memoria - altri neuroni nell'amigdala appaiono in blu.



6. Sue Johnson nel suo libro “*serre moi fort* “ editions first psycho riferimento ad Ashley Montagu : “ la pelle è il linguaggio del sesso e dell'attaccamento. il toccare eccita, ma APAISE e consola anche “.



7. Questi neuroni che mantengono la paura in memoria e per conoscere esattamente la rete neurale coinvolta, Bruno Bontempi e i suoi colleghi hanno dovuto fare un "costruzione genetica" particolare: hanno inserito nella stessa porzione di DNA il gene del CREB, quella di una proteina fluorescente, e quella di una sostanza che rende i neuroni sensibili a una tossina data, quella della difterite. I ricercatori hanno inserito la costruzione genetica nel cervello del topo. La molecola fluorescente permetterà di individuare i neuroni in cui il CREB è espresso. La costruzione è stata concepita per individuare da una parte i neuroni nell'amigdala laterale attivati quando si memorizza un evento spaventoso - qui un suono associato a una scossa elettrica - e, dall'altro, per distruggerli selettivamente iniettando una tossina.

La costruzione si è integrata nei neuroni in funzionamento negli animali, nell'amigdala laterale. Risultato: i neuroni sovrapproduttori della famosa proteina CREB sono proprio quelli che registrano la traccia mnemonica della paura. "La distruzione selettiva di questi neuroni e non di altri selezionati in modo casuale, cancella i ricordi della paura a questo suono: i topi non si immobilizzano più, quando lo sentono", dice il ricercatore. La localizzazione di questi neuroni potrebbe consentire a lungo termine di sviluppare trattamenti che possono eliminare selettivamente uno o più ricordi spiacevoli o ansiogeni, come quelli all'origine dello stress post-traumatico, ad esempio a causa di un attentato o un incidente grave. Ma, come detto, ha precisato prudente, Bruno Bontempi: "saranno necessari anni di ricerca per arrivarci".

## « La pelle e il tatto »

Riflessione sul libro di Ashley Montagu

Da Joëlle Gourier

La pelle è l'organo più esteso del corpo umano. Questa è una delle prime frasi del libro di Ashley Montagu, un libro che è stato pubblicato in francese già nel 1979.

Ci sono libri che ci segnano più di altri. Questo è uno di questi. In ogni caso, direi che mi ha segnato e mi portato a pensare a come collegare quello che ho letto con ciò che avevo imparato in Sexocorporel.

Conosciamo le nozioni dei recettori sensoriali sia superficiali sia profondi e l'implicazione che hanno nel modo di eccitazione sessuale genitale. Sappiamo la persona, il modo in cui una persona usa l'uno o l'altro di questi sensori, o entrambi, influenzerà il suo rapporto con il suo corpo, e potrebbe creare, in qualche modo, un limite all'espressione della sua sessualità.

Conosciamo il potere del tatto nella sessualità. E che, il legame c'è sempre con la pelle. A seconda che la persona preferirà gli uni o gli altri sensori, sarà più o meno ricettivo alle carezze che l'altro prodigherà.

L'importanza della pelle potrebbe essere fondamentale nell'esercizio della sessualità?

Ashley Montagu ha scritto: " La pelle ci avvolge completamente come un mantello. E' il primo dei nostri organi, il più sensibile. E' la nostra prima modalità di comunicazione, e il più efficace delle nostre protezioni. Dopo il cervello, la pelle è senza dubbio il più importante insieme degli organi. Il senso del tatto, quello che è più strettamente associato con la pelle, è il primo a svilupparsi nell'embrione umano ...come sistema sensoriale, la pelle è di gran lunga il l'organo più importante del corpo. Un essere umano può vivere cieco, sordo, e totalmente privo di gusto e olfatto, ma non potrà sopravvivere un minuto senza le funzioni svolte dalla pelle ... La stimolazione permanente della pelle da parte dell'ambiente serve a mantenere il suo tono sia sensoriale che motorio . Il cervello deve ricevere dalla pelle il feedback sensoriale in modo da correggere, per così dire, le risposte alle informazioni che riceve ".

Vediamo ancora una volta come il concetto di "cervello - corpo, corpo - cervello " sia rilevante.

Ho avuto la possibilità (per mio piacere di vivere per lo più circondata da animali : animali domestici (cani e gatti) e da cosiddetti animali da fattoria ..... lo sono nato... Ciò che mi ha sempre sorpresa è vedere un cucciolo mettersi in piedi 4 ore dopo la nascita. E confrontarlo con il cucciolo dell'uomo. Perché noi ci mettiamo tanto tempo? La risposta me la fornì A. Montagu : quando nasciamo non siamo ancora pienamente " completati ". Ci serviranno ancora diversi mesi per esserlo. Perché? La spiegazione è che se aspettiamo di esserlo, completati, non riusciremo più a uscire dal grembo di nostra madre, tanto il volume della nostra testa sarà grande e impossibile che passi con mezzi naturali.

Questo spiega perché abbiamo così bisogno di cure materne. Le persone che hanno potuto assistere alla nascita di un agnello, di un gatto o di un cane, hanno certamente constatato il leccamento della madre : non ci vuole molto tempo affinché un piccolo, leccato e ben guidato, trovi le mammelle di sua madre. Ho appena usato due termini di proposito. Leccare e guidare: la madre lecca il suo piccolo, si mette in una determinata posizione e lo spinge leggermente con il naso. È indispensabile? Apparentemente no, ma ciò che appare è che il piccolo che è stato leccato e guidato, crescerà molto meglio di quelli che non lo sono stati . Ciò vale soprattutto per il leccamento, dunque la stimolazione della pelle è un fattore importante per il futuro sviluppo del bambino. Pare che un gattino non leccato in particolare nella zona anale muoia molto presto perché se il suo intestino non è stimolato non defeca e la morte è certa. Questo non è necessario per il piccolo umano le cui funzioni di defecazione sono state stimolate durante la gravidanza, mentre la .....breve degli animali, insomma, non l'ha permesso.

" La gestazione umana è una di quelle lunghe, tuttavia, la seconda metà del suo sviluppo prosegue all'esterno del ventre. Nell'accezione che noi abbiamo dato, la gravidanza non è completata al momento della nascita, e l'utero- gestazione (vale a dire la gestazione all'interno del ventre materno) si estende in esternogestazione (gestazione fuori del ventre). " E cioè, fino a quando il bambino inizia a camminare 4 gambe.

A. Montagu scris : " il contatto fisico sembra agire come il principale regolatore dell'istinto materno. A prima vista, la stimolazione della pelle è essenziale per la secrezione della prolattina dall'ipofisi. La prolattina è l'ormone più importante per l'avvio e la conduzione dei processi di maternità nei mammiferi, compresi gli esseri umani. "

Che dire del piccolo dell'uomo? Se non abbiamo bisogno di leccarlo affinché sopravviva, ci rendiamo conto che ha bisogno di calore e di contenimento: vestiti, culla, le braccia ed essere toccato. Detto questo, sono state identificate almeno due tribù ( gli eschimesi del Grande Nord e sugli altopiani del Tibet ), dove l'acqua è scarsa ,in cui le madri sono in grado di usare la bocca per la toilette del loro bambino . Tuttavia, equivale a leccare gli esseri umani? Sembra che il lungo processo del parto sia una sorta di sostituto del leccamento : le contrazioni uterine durante questa fase rappresentano delle stimolazioni per la pelle del feto. "Nel grembo materno, il feto è stato stimolato continuamente dalla crescente pressione del suo corpo contro la parete uterina e dal liquido amniotico. Durante la fase del parto tali pressioni si intensificano molto per preparare il sistema vitale al funzionamento post natale". Sono le contrazioni uterine sul corpo del feto che causano la stimolazione dei nervi periferici della pelle. Abbiamo potuto vedere quali conseguenze ci sono durante il parto cesareo, (per esempio) si possono avere sulla vita e la salute futura del bambino. Ma questo non è l'argomento di quest'articolo, anche se, potremmo senza dubbio trovare correlazioni con le varie disfunzioni sessuali dei nostri pazienti.

Infatti, qual è il collegamento tra la pelle e la sessualità ?

A. Montagu scrive: " Molti ricercatori hanno creduto che le prime sensazioni delle labbra e della bocca fossero per molte persone la chiave per il loro sviluppo futuro. Il grande psicologo americano G. Stanley Hall, pensa che la bocca e il gusto siano i primi centri della vita psichica, correlate a " un piacere tattile essenzialmente estetico, che si risveglia nel mettere in bocca cose molli o dur in contatto con le gengive ancora senza denti. "

Sappiamo che le sensazioni vissute dalla madre durante l'allattamento sono legate agli stimoli sessuali, e allo stesso modo, è molto probabile che le sensazioni del bambino, caricate di significati, siano simili a quelle che saranno più tardi sensazioni sessuali. Abbiamo già notato che inadeguate cure materne possono compromettere seriamente il successivo comportamento sessuale dei bambini."

Che dire del toccare ? E' lui che testimonia la realtà oggettiva di tutto ciò che è esterno a me, che non sono io. Si tratta del toccare e del tatto che ci permetterà di definire la struttura del mondo che ci circonda. " il toccare è diverso dagli altri sensi, perché implica sempre la presenza congiunta e inseparabile del corpo è toccato e del nostro corpo, con il quale noi tocchiamo. A differenza di vista e udito, il tatto ci fa sentire le cose dentro di noi. Sapore e odore sono limitati alla superficie della cavità nasale e al palato. Attraverso il tatto, prendiamo coscienza che il nostro mondo è composto di presenze e oggetti che sono corpi. Questi sono il corpo perché vengono in contatto con l'uomo in quello che è più vicino, il suo "me", cioè il suo corpo." "E' ovvio che è attraverso la sua pelle e le sensazioni che gli procura che il bambino giungerà a poco a poco a stabilire le sue relazioni esterne.

Il toccare può essere definito come un atto : sentire qualcosa con la mano. Ascoltiamo di nuovo A. Montagu che dice : "Anche se il tocco non è un'emozione, i suoi elementi sensoriali inducono cambiamenti d'ordine nervoso, ghiandolare, muscolare e mentale, si assomigliano ad un'emozione. Per questo motivo, il toccare non è sentito come una semplice modalità fisica, una sensazione, ma in realtà, come un'emozione. " E ancora nei suoi scritti, questa frase : Il bisogno di una stimolazione tattile è un bisogno primario che deve essere soddisfatto per il bambino affinché cresca e diventi un essere umano sano ed equilibrato."

È nell'atto sessuale che la pelle interviene di più. In qualsiasi altro rapporto, non ha questo ruolo principale. D'altro canto è dalla pelle che un individuo impara a riconoscere il genere a cui appartiene, il ruolo sessuale assegnato e i comportamenti che ci si attendono in cambio. Quest' apprendimento può riuscire o fallire."

Se gli studi scientifici non sono stati condotti sul rapporto tra cure materne sufficientemente " carezzanti " e l'atteggiamento diretto nei confronti delle carezze intime, sembra tuttavia dimostrato che i bambini che hanno sofferto di carenze nell'infanzia, sicuramente presenteranno una sorta di bulimia di carezze durante l'adolescenza e poi nell'età adulta . Tuttavia, la nostra clinica, la mia clinica tenderebbe a dimostrare, a volte il contrario . Alcune persone dicono di non amare il contatto fisico, di non godersi le carezze. La loro storia di vita spesso dimostra che la carenza nell'infanzia era effettivamente presente. Tuttavia, vi è il discorso di alcune donne che dicono di accettare il sesso allo scopo di essere abbracciate. Uno studio condotto dal Dr. Marc Hollender (Università della Pennsylvania) su 39 donne , mostra una serie di relazioni con ciò che sentiamo durante i colloqui con i nostri pazienti . " Nella migliore delle ipotesi, egli scrive, le esperienze di queste persone profondamente infelici assomigliano più ad un tentativo di stabilire una sorta di contatto umano , anche se incompleto , che alla ricerca della soddisfazione fisica."

Cosa ascoltiamo durante le consultazioni ? Molte donne dicono che non osano chiedere il contatto fisico con il partner, perché non vogliono" andare oltre ", vale a dire, chiedere un rapporto sessuale.

Ciò che sorprende è la reazione degli uomini interpellati : anche a loro piacerebbe questo scambio di tenerezza ! Tuttavia, andando oltre nell'analisi, ne risulta che questo scambio sessuale sia il medesimo in programma anche per loro. " Come se l'atto sessuale fosse stata vissuto come una sorta di rilascio della tensione, piuttosto che come un modo di comunicazione caricato di significati intensi in una relazione umana profondamente radicata. " E gli uomini ? "Le donne si lamentano spesso della goffaggine, dell'incompetenza e dell'ignoranza crassa degli uomini nei preliminari sessuali e nel rapporto stesso . La mancanza di pazienza degli uomini e l'impossibilità di capire il significato riflette quasi certamente, in sostanza , la mancanza di sensazioni tattili che molti ragazzi hanno sofferto durante l'infanzia . " Pertanto, quando li ascoltiamo, patiscono allo stesso modo delle donne di questa mancanza di contatto tattile nei loro rapporti affettivi. Proviene dal fatto che la madre tenderebbe a fermare le sue prime manifestazioni di tenerezza al figlio, per paura che si attacchi troppo a lei e , allo stesso tempo , il padre non lo fa per paura che il loro figlio diventi meno virile ?

Leggendo questo libro, nel comprendere meglio il ruolo della pelle nelle nostre relazioni con gli altri, ho messo ancora più l'accento, durante la mia valutazione sessuologica, sulla raccolta di informazioni sull'accettazione di diversi modi di toccare e capisco certamente meglio, almeno spero, la mancanza di base in ciascuno dei miei pazienti. Per contro, una cosa mi ha colpito: si dice diversamente, la mancanza del contatto è presente in tutti i casi, sia femminile sia maschile .



## L'INTÉRÊT DU SEXOCORPOREL DANS D'AUTRES PROFESSIONS :

Interview réalisée par Isabelle Chaffai (IC)

Auprès de Prisca Jami, gynécologue à Paris, trésorière du Centre de Formation Sexocorporelle Français (CFSF).

**Nom JAMI-CECCOMORI**

**Prénom PRISCA**

**Années de formation 2005 - 2012**

**Niveau de formation 3**

**I.C. : comment avez-vous entendu parler du Sexocorporel ?**

**P.J. :** La prima volta che ho sentito parlare del sessocorporeo era alle prime giornate chiamate "Transversales" (congresso di ginecologi, sessuologi, urologhi e psichiatri) organizzate da Sylvain Mimoun nel 2003 a Saint Martin nelle Antille.

Il mio ricordo è qualcosa di un po' confuso, di strano...non capivo la finalità di ciò che Claude Roux-Deslandes e Catherine Cabanis spiegavano: il mio primo contatto col sessocorporeo non è stato facile. Per esempio non vedevo la relazione fra il modo di camminare e una difficoltà sessuale, sentivo parole che non avevano senso per me come "vaginalità" "assertività sessuale". Poi hanno proiettato il film di Jean-Yves « i corpi erotici » che mi è parso commovente, limpido, ...così...semplice, sì questa è la parola che mi viene.

Volevo congratulare la persona che aveva realizzato questo film.

Qualche mese dopo, al congresso del AHIUS, le persone che interrogavo sul sessocorporeo,

mi rispondevano tutte con lo stesso entusiasmo, dicendomi che era fonte di ricchezza anche per se stessi.

Ah si ? per di più se ne può trarre un beneficio personale?

Allora, mi sono messa alla ricerca di questa persona che sembrava possedere le risposte alle domande che mi facevo, e che i miei studi non avevano risolto.

### **I.C. : Et comment s'est déroulée cette rencontre avec Jean-Yves Desjardins ?**

**P.J.:** Sono stata impressionata da questa forza tranquilla che emanava da lui, la sua serenità, e mi sono subito sentita in « sicurezza ».

Per di più, m'impressiono la costante benevolenza che manifestava verso ognuno dei interlocutori.

### **I.C.: Vous vous êtes alors inscrite à la formation en Sexocorporel ?**

**P.J.:** Ho incontrato ad un congresso, a Biarritz, nel 2005 il Dottore François Parpaix. Organizzava una formazione a Parigi con Jean-Yves e così mi sono iscritta in sessocorporeo.

### **I.C.: Quelle est votre profession ?**

**P.J.** Sono ginecologa-ostetrica, ecografista. Ho fatto anche una specializzazione in ginecologia psico-somatica .

Finalmente, ho deciso di fare il diploma di sessuologia, durante il mio terzo ciclo di sessocorporeo, per completare la mia formazione in sessuologia.

### **I.C.: Qu'est-ce que la formation en Sexocorporel vous a apporté dans le cadre de votre profession ?**

**P.J.:** Così tanto...da dove incominciare?

Inanzi tutto direi che ha permesso alle mie paziente di parlare di sessualità durante le consultazioni di ginecologia

Mi sono resa conto che le paziente parlavano più facilmente della sessualità a seconda della mia progressione nella formazione, probabilmente grazie alla sicurezza che ho potuto sviluppare;

in quanto a me potevo interrogarle più facilmente , non temendo di non sapere cosa dire.

Rispondere alle domande delle paziente riguardo alla loro sessualità, utilizzando un vocabolario preciso, dare spiegazioni semplici come i riferimenti corporei, gli automatismi, i codici di attrazione...

Fare della prevenzione ed educazione sessuale presso i giovani, transmettant des informations, trasmettendo loro informazioni, ma soprattutto, autorizzandoli ad appropriarsi i loro risentiti in particolare al livello del loro perineo.

Presso i giovani genitori, assicurandomi del buon funzionamento della coppia durante la gravidanza e dopo la nascita.

Imparare a rimanere benevolente.

Aiutare i pazienti insistendo sulle loro linee di forza.

Essere più obiettiva nella lettura corporea che d'istinto facciamo tutti nei nostri mestieri di aiuto e di cura, e utilizzare le informazioni che ci da questa lettura.

### **I.C.: Quels sont les outils et/ou habiletés acquises au cours de la formation, qui vous servent dans votre profession ?**

**P.J. :** Nella mia professione come nella vita, l'abilità che mi ha aiutato di più è senza dubbio di aver imparato a gestire le emozioni, mantenendo una buona empatia. Essere al mio agio per parlare di sessualità, sviluppare un ascolto attivo, senza fatica, grazie all'ascolto del mio proprio corpo, adattando la mia postura, rimanendo ben centrata e recettiva con l'apertura del alto del corpo. Imparare a fare una valutazione sessuologica rigorosa, elaborare un programma di terapia. Ho incominciato a prendere a carico alcune paziente e anche dei pazienti, ciò che mi pareva impossibile prima, io che vedevo solo donne in consultazione. Utilizzare il mimo per mostrare le posture, il modo di camminare, utilizzare il mio corpo per mostrare i diversi modi di accarezzare, per esempio, far scoprire loro imitando, farli lavorare alzandosi dalla sedia per fare esercizi come camminare, mostrare il tono muscolare, basculamento della parte alto del corpo, basculamento del bacino, il lasciar andare a livello della testa ecc...questo è qualcosa che mi conviene assai.

**I.C. : Qu'est-ce qui vous a donné envie de poursuivre votre formation en deuxième niveau ?**

**P.J.:** Durante il primo ciclo, avevo capito tante cose, ma non avevo ne i mezzi, ne la distanza necessaria, per mettere in pratica con le paziente. Dunque, dovevo approfondire questi argomenti e imparare a gestire una consultazione di sessuologia. Capire questo concetto fondamentale che è « la logica del sistema », la mia come quella del paziente. E poi la lettura corporea ! il linguaggio del corpo mi ha sempre affascinata. Sviluppare questi concetti di linee di forza e di vie di crescita, non sempre facili ad applicare per noi che siamo cresciuti in Europa, dove siamo stati educati con le punizioni di quel abbiamo fatto di male invece che valorizzare ciò che abbiamo fatto di bello...

E poi direi anche, che l'intensità dei legami che si creano in queste formazioni è così potente, che non si ha voglia di interrompere...

**I.C. : Et que vous a apporté ce deuxième niveau et comment vous vous en servez dans le cadre de votre travail?**

**P.J. :** Questo secondo ciclo mi ha permesso di cominciare a prendere a carico alcune paziente in difficoltà. Durante le consultazioni di ginecologia, la lettura corporea mi è molto utile : mi permettere di approdare la sessualità a ragion veduta.

**I.C. : Et que vous a apporté ce troisième niveau et comment vous vous en servez dans le cadre de votre travail?**

**P.J. :** Questo terzo ciclo è un approfondimento della consultazione di sessuologia, e ho incominciato ad occuparmi di difficoltà coniugali sessuali o relazionali più complesse. Mi sono impiegata molto sul rigore della valutazione sessuologica e sul elaborazione del progetto terapeutico. Mi ha anche permesso di liberare la mia parola e osare parlare in pubblico. Il Sessocorporeo è un come Versailles e i suoi specchi, un infinità di porte che si aprono, e non si finisce mai di scoprire tutte le sue ricchezze...

**I.C. : Quel serait votre mot de la fin ?**

**P.J. :** Vorrei che tutti possano approfittare di queste ricchezze, che l'insegnamento del sessocorporeo si amplifichi e si sviluppi per una migliore salute sessuale e la piu grande gioia della persona e delle coppie.

**I.C. :** je vous remercie pour votre participation et je vous souhaite bon succès dans la poursuite de vos projets.

