




BRANDY ENGLER
CON DAVID RENSIN

DOTTORESSA HO UN PROBLEMA

STORIE VERE
DI UOMINI E SESSO

 GIUNTI

Dottoressa
ho un problema

Brandy Engler

con la collaborazione di

David Rensin

Dottoressa ho un problema

Storie vere di uomini e sesso

Traduzione di Sara Reggiani

 GIUNTI

Titolo originale:

The Men on My Couch.

True Stories of Sex, Love and Psychotherapy.

Copyright © 2012 by Dr. Brandy Engler and Rensin, Inc.

Tutti i diritti riservati.

<http://narrativa.giunti.it>

© 2013 Giunti Editore S.p.A.

Via Bolognese 165 – 50139 Firenze – Italia

Via Borgogna 5 – 20122 Milano – Italia

Prima edizione: aprile 2013

Ristampa

Anno

6 5 4 3 2 1 0

2017 2016 2015 2014 2013

Avvertenza

I nomi dei pazienti e qualsiasi informazione ne possa svelare l'identità sono stati sostituiti o modificati per salvaguardarne il diritto alla privacy. I dialoghi e i fatti riportati si basano su conversazioni ed esperienze reali, talvolta riassunte in un unico caso. Ho scelto di modificare anche i nomi degli amici di cui racconto le preferenze sessuali.

Premessa

Dottoressa ho un problema è il resoconto del mio incredibile viaggio nelle fantasie erotiche maschili. Ciò che ho scoperto riguardo ai desideri e ai comportamenti dei miei pazienti nella sfera amorosa e sessuale non solo mi ha sorpreso, ma ha anche messo in discussione la mia visione degli uomini e di me stessa.

Esistono molte vie attraverso le quali una donna può esplorare le verità dell'amore, per esempio attraverso un corso di meditazione o un viaggio solitario nella natura selvaggia. Alcune cercano consiglio nei manuali di auto-aiuto, si danno alle relazioni online o magari si allenano per la maratona. Altre volano a Las Vegas per il fine settimana.

Io non ho dovuto fare altro che andare al lavoro.

Qualche anno fa, appena laureata in Psicologia clinica, mi sono rimboccata le maniche per realizzare il sogno di avviare uno studio privato a Manhattan. C'era un solo ostacolo: non ero ancora una psicologa affermata. Chiunque operi nel mio campo sa che crearsi una rete di pazienti richiede tempo. Diversi colleghi mi avevano suggerito di intraprendere la strada più lunga, più convenzionale: unirsi a un gruppo già esistente, partecipare all'attività e stringere rapporti con i medici, con i dipartimenti universitari di Psicologia e con gli specialisti che

mi avrebbero procurato delle referenze. Ho riflettuto su quel consiglio e sui vantaggi di poter contare su uno stipendio sicuro, ma avevo appena finito un corso di specializzazione in terapia sessuale tenuto da un luminare in materia e riuscivo a malapena a contenere l'entusiasmo. Il mio responsabile all'ospedale di Brooklyn, dove avevo svolto il mio periodo di formazione, mi mise in guardia. «Terapia sessuale? Mi prendi in giro?» disse. «È roba sorpassata. Ora c'è il Viagra. Impossibile farsi dei clienti con un'attività del genere di questi tempi.»

Mi offrì un impiego all'ospedale, ma ormai avevo deciso. Il mio futuro era nel cuore di Times Square. Non m'importava del Viagra. Avevo scritto una tesi sul calo del desiderio sessuale nelle donne e volevo specializzarmi in sessualità femminile.

Che avrei impiegato del tempo a procurarmi pazienti me lo aspettavo. Avevo imparato durante gli studi che, mentre le donne sono più propense degli uomini a entrare in terapia se soffrono di attacchi d'ansia, depressione, traumi ecc., raramente cercano aiuto per il calo del desiderio, perché danno per scontato che una passione altalenante sia normale. Pertanto ero disposta ad aspettare, a patto che avessi potuto occuparmi di ciò che mi interessava. Inoltre, trattandosi di un problema tanto diffuso, pensai che se avessi iniziato a pubblicizzare la mia attività, le donne sarebbero arrivate prima o poi.

Mi sbagliavo.

Il telefono iniziò a squillare immediatamente.

Ma a chiamare erano quasi sempre uomini.

Uomini? Questa proprio non me l'aspettavo. Nel giro di pochi mesi, me ne trovai alla porta più di quanti riuscissi a riceverne. Chiamavano per ogni genere di questione legata al sesso: bisogno compulsivo di avere rapporti sessuali, dipendenza dalla

pornografia, dalla prostituzione, problemi di identità sessuale, gelosia, disfunzione erettile, paura dell'intimità, calo del desiderio, difficoltà a comprendere il significato dell'amore e molto altro. Gli uomini saranno anche meno inclini a chiedere aiuto per gran parte dei disturbi emotivi, ma se a non funzionare è la sfera sessuale, corrono subito ai ripari.

Sebbene affrontare problemi relativi alla sessualità maschile non fosse esattamente ciò a cui ero preparata – nonostante la mia formazione lo prevedesse –, sentii di dover offrire il mio aiuto e mi gettai a capofitto in questa nuova sfida. Immaginavo già che le storie che avrei sentito avrebbero potuto turbarmi, ma ero curiosa come l'eroina di un film horror, ingenua e avventata, che non resiste alla tentazione di addentrarsi nell'oscurità pur sapendo che l'assassino potrebbe essere in agguato. Così indossai la maschera più sfrontata che avevo, spalancai la porta dello studio e iniziai a fissare appuntamenti, pronta ad affrontare la mia sorte, qualunque essa fosse.

Non me ne sono pentita.

Dottoressa ho un problema vi farà entrare nel vivo di alcune sedute terapeutiche e assistere ai colloqui crudi e provocatori che mi hanno rivelato le cause profonde di molti problemi relativi al comportamento sessuale maschile. Come spettatori invisibili, prenderete atto delle emozioni e delle reali motivazioni che si celano dietro ai disturbi della sessualità oggi. E diversamente dalla maggior parte dei saggi sul comportamento sessuale maschile, in questo libro troverete sia le mie reazioni professionali sia quelle personali, quelle che ho esternato in sede di analisi e quelle che ho preferito tenere per me.

Ho presto individuato una costante: il sesso raramente è solo sesso. Il sesso è un'esperienza complessa. All'inizio pensavo

che avrei dovuto curare sintomi di tipo sessuale, ma nel giro di poco tempo mi sono trovata a ricondurre tutto alle motivazioni psicologiche che guidavano il comportamento dei miei pazienti. Ho scoperto ogni genere di motivazione legata alle loro abitudini sessuali. Alcuni si servivano del sesso per dar sfogo a emozioni represses o per tenere a freno istinti incontrollabili. Talvolta cercavano di rivivere e imbrigliare vecchi traumi che condizionavano le loro fantasie. Molti usavano il sesso per appagare un bisogno frustrato di potere, approvazione, autostima, conforto e affetto. Generalmente i miei pazienti erano a malapena consapevoli di ciò che stavano vivendo. D'istinto avevano cercato consolazione nel sesso, ma il più delle volte avevano ottenuto come risultato solo malessere e alienazione.

Non fingerò di avere in tasca tutte le risposte o di saper dire alle donne come cambiare gli uomini che fanno parte della loro vita in modo da far funzionare una relazione. Né questo libro vuole insinuare che gli uomini il cui comportamento e le cui abitudini sessuali non rientrano nelle pratiche normalmente accettate dalla nostra società siano in torto. Tuttavia ho osservato gli uomini da un punto di vista critico, portandoli spesso a un tale livello di introspezione da scatenare lacrime e accessi d'ira. L'ho fatto con grande rispetto per loro e per il ruolo privilegiato di confessore che mi trovavo a rivestire. Perciò ho ritenuto molto importante evitare di cadere nello stereotipo che li ritrae come esseri superficiali o depravati – cani, porci, incorreggibili bastardi – sebbene a volte questi pensieri mi abbiano attraversato la mente. Con questo non voglio appoggiare o giustificare il loro comportamento. Non voglio che proviate pena per loro o che addirittura li perdoniate per le offese che possono aver arrecato; al contrario, vi chiedo di seguirmi in questa esplorazione delle

motivazioni psico-sessuali maschili... attraverso quello che i pazienti stessi hanno scoperto di seduta in seduta.

Invece di dirvi quello che gli uomini pensano o vogliono, lascerò che leggiate ciò che mi hanno detto. Vi offro le mie considerazioni e le mie personali reazioni, non in veste di psicologa, ma di donna. *Dottoressa ho un problema* non è semplicemente una serie di studi su singoli casi, bensì il mio personale resoconto di un viaggio verso la scoperta e la consapevolezza, un diario delle lezioni apprese nel mio studio e del loro impatto sulla mia relazione sentimentale. All'epoca in cui avviai l'attività, ero coinvolta in una complicata relazione a distanza e, proprio come i miei pazienti, ero presa fra due fuochi: il desiderio di amare e l'ignorare cosa di fatto volesse dire. Quanto a sentimenti e sesso, per tanto tempo io stessa avevo indugiato in un mondo di fantasia, un mondo meraviglioso, fatto su misura per me, dove io e il mio amante ci tenevamo per mano correndo verso il sole. Quando mi innamorai di Rami (nome fittizio), la parola «amore» assunse nuove sfumature. D'un tratto scoprii che poteva essere crudo, inafferrabile e imprevedibile. Il sesso fra noi era stupendo. Il problema era che avevamo difficoltà a fidarci l'uno dell'altra. Venivamo da due mondi molto diversi. Fra noi era un perpetuo tiro alla fune, in cui spesso io perdevo... e non per caso.

Mentre vivevo la mia relazione, quello che imparavo si ampliava e arricchiva grazie al mio lavoro. Del resto quante donne, nel loro lavoro, possono dire di avere la fortuna di esplorare gli abissi dell'amore e del sesso dal punto di vista maschile? Quante hanno il privilegio di ascoltare verità «da uomo a uomo», verità di cui non sono mai state rese partecipi, o che tantomeno avrebbero immaginato?

Inizialmente questo cocktail d'informazioni esplosive mi-

nacciò di scoppiarmi in faccia. Dopo alcune sedute mi ritrovavo totalmente stordita dalle rivelazioni, che rapidamente si tramutavano in domande e sospetti, e inevitabilmente si ripercuotevano sulla mia relazione con Rami.

Per fortuna, dopo qualche tempo capii come far sì che il lavoro che stavo svolgendo con quegli uomini tornasse utile anche a me, e iniziai ad adottare un nuovo punto di vista da cui considerare l'amore. Come parte del processo, ho dovuto confrontarmi con molti dei pregiudizi che io stessa, insieme a tante altre donne, avevo sugli uomini, per poi scoprire che spesso erano tutt'altro che fondati. Luoghi comuni del tipo: «Se mi ama, non mi tradirà» e «Se fossi stata bella e magra e sexy, o fossi stata alle sue regole, non mi avrebbe lasciata».

A questo proposito una volta una cara amica mi ha detto: «Non credo che il mio ragazzo mi tradirebbe mai. È così innamorato. Fa tutto per me. Mi lava l'auto, mi prepara la cena. Non è una macchina del sesso, non è il tipo che va cercando avventure. Sembra solo molto felice di stare con me».

Speravo che avesse ragione ma, come alcuni dei pazienti in questo libro mi hanno dimostrato, il fatto che un uomo sia innamorato di una donna non garantisce che le sia sessualmente fedele. Né, d'altro canto, l'infedeltà implica che l'amore non sia autentico o che non sia preso seriamente.

Uno dei luoghi comuni più diffusi è che gli uomini pensino solo al sesso... magari seguito da una pizza e una birra. Finite le quali si torna a pensare al sesso. Non so quante volte ho sentito un'amica lamentarsi: «Vuole solo fare sesso». È vero, gli uomini entrano nel mio studio parlando di sesso. «Non ne faccio abbastanza» o «Non mi si rizza» o «A me piace il sesso orale e a lei no».

Ma finiscono inevitabilmente per parlare d'amore.

La verità, ho imparato, è che gli uomini vogliono sì fare sesso, ma *non solo*. Ascoltando i miei pazienti, ho capito quanto *il bisogno di stabilire un contatto più profondo* influenzasse il loro comportamento sessuale, un bisogno che spesso non riuscivano a comunicare alle loro donne. Così è stato naturale aiutarli a capire cosa avevano nel cuore piuttosto che condannarli per le loro azioni.

Dottoressa ho un problema non è un testo di medicina. Non è un libro di auto-aiuto. Non contiene soluzioni, esercizi o sentenze. *Dottoressa ho un problema* vi invita a leggere una serie di storie, a farvene un'idea personale e a trarre le conclusioni che volete. Sappiamo tutti fin troppo bene che non esistono facili risposte sull'amore. Questo libro, semmai, è un'esplorazione. Il mio obiettivo era portare i lettori in viaggio con me, farli partecipare dal vivo, mentre io stessa imparavo. La mia speranza è che questo libro fornisca ai lettori – e soprattutto alle lettrici – una prospettiva nuova e alternativa sulle dinamiche sessuali e relazionali, perché, quando io e le mie amiche parliamo di questi argomenti, finiamo sempre con il chiederci cos'è che gli uomini vogliono davvero, cerchiamo di capire perché si comportano come si comportano e cosa possiamo fare a nostra volta.

In conclusione, sebbene gli uomini che compaiono in questo libro siano casi a sé, hanno tutti qualcosa in comune: non sono dei pervertiti o dei deviati; sono uomini qualunque, provenienti da ogni angolo del paese e da qualsiasi classe sociale, uomini che potrebbero essere i fidanzati, i mariti, i fratelli o gli amici di chiunque.

Sono gli uomini che tutti conosciamo, quelli di cui le donne vogliono sapere.