Adolescenti: quando l'autoerotismo diventa dannoso

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

«Mio figlio ha 15 anni. In questi ultimi due anni è diventato introverso, chiuso, scontroso. A scuola va male. Sta ore su internet, chiuso in camera. I rumori che fa sono evidenti. La masturbazione fa diventare scemi?, le chiedeva un lettore. Me lo chiedo anch'io, osservando quanto è peggiorato su tutti i fronti...».

T.P. (Padova)

La masturbazione, in sé, fa parte della naturale scoperta del corpo e del piacere, nel bambino e nella bambina. Si accentua nell'adolescenza, con l'impennata degli ormoni sessuali, prodotti dalla pubertà in poi. Può essere più frequente quando ci sono alti livelli di testosterone e di energia vitale e limitate possibilità di esprimere questa esuberanza in un rapporto sessuale desiderato, perché si è ancora molto giovani e/o perché ci sono limitazioni culturali o religiose.

Quando diventa preoccupante l'autoerotismo? Quando è eccessivo o addirittura esclusivo. Quando è ossessivo. Quando la ricerca di questo tipo di piacere dilaga fino ad occupare tutto il tempo che un ragazzo dovrebbe vivere fuori casa, a scuola, con gli amici, conversando, ridendo, o dedicandosi a qualche passione vera, che siano lo studio, lo sport, la musica o la fotografia... Il punto non è il gesto in sé, ma la motivazione che lo sottende. Capire perché lo faccia ci aiuta a comprendere che cosa porti un ragazzo a rinchiudersi in sé, cercando un piacere solitario, a scapito della più esaltante scoperta di tanti aspetti belli della vita. E quali "vantaggi", consci e inconsci, portino un adolescente a privilegiare un piacere fisico prevedibile, limitato, stimolato da fantasie e video hard, a scapito di tutte le emozioni vive e vere che accompagnano il desiderio e il piacere nella vita reale.

Da come lo descrive, sembra che il ragazzo abbia crescenti difficoltà ad avere degli amici, a uscire, a trovare motivi di soddisfazione, di apprezzamento e di autostima, nello sport e a scuola. Che non abbia ancora avuto l'opportunità, o il coraggio, di corteggiare una ragazza o un ragazzo, se l'orientamento fosse omosessuale e magari non ancora confessato, nemmeno a sé stesso. Ha mai avuto una fidanzatina, un flirt, un'attrazione per un'amica o amico reale, che lei sappia? O ha paura di essere rifiutato o deriso? Forse non si piace, o si vede brutto. Il timore del rifiuto potrebbe indurlo a preferire la sicurezza della sua camera, evitando il tempestoso mare del confronto vero e dell'innamoramento adolescenziale.

E' anche possibile che suo figlio sia intrappolato da una depressione sottosoglia, attivata o scatenata dal primo lockdown. Se la masturbazione diventa eccessiva e/o ossessiva, è necessaria una diagnosi accurata, con psichiatra-sessuologo esperto, per una terapia appropriata. In parallelo, il ragazzo va incoraggiato a riprendere uno sport amato, a uscire, a ritrovare il filo smarrito dell'amicizia, affinché possa riscoprire il gusto di sperimentare nella vita reale desiderio, corteggiamento, piacere. E profumo d'amore.

Pillole di salute

«Sono una donna. Ho ripreso i rapporti a 62 anni, ma ho tanto male. Che cosa mi può consigliare?».

L.M., email

Il dolore è segno di atrofia e secchezza dei tessuti genitali. Una terapia ormonale sostitutiva, almeno locale, genitale, la può aiutare. Ne parli con il medico di fiducia.