

La dottoressa Giuliana Melandri e l'importanza del sesso nelle relazioni

La sessualità è la prima forma di comunicazione in una coppia

Non bisogna mai dare il partner per scontato e diventare "pigri"

In una relazione il sesso non è un aspetto da sottovalutare: non si tratta soltanto di una forma di comunicazione profonda, ma di un vero e proprio strumento che ci permette di conoscere meglio noi stessi, il partner e di capire come si sta evolvendo la coppia. La sessualità è uno dei principali aspetti studiati e trattati dalla dottoressa Giuliana Melandri, psicologa, psicoterapeuta ed esperta in sessuologia clinica. Oltre ad occuparsi di problematiche come ansia, dipendenza affettiva, problemi di coppia e genitorialità, questa professionista si occupa da anni della "riabilitazione affettiva" di quelle persone che hanno bisogno di aiuto per ricostruirsi dopo una



delusione d'amore o comunque la perdita del partner. In qualità di psico-sessuologa, la dottoressa Melandri tratta disfunzioni sessuali femminili e maschili, problematiche di coppia, omosessualità e identità sessuale.

Come spiega la dottoressa Melandri la sessualità all'interno di una coppia è una delle principali forme di comunicazione: il sesso diventa un atto in cui si crea quell'intimità unica che permette ad entrambi gli individui di scoprire cose nuove di sé e dell'altro.

Ma come in tutti gli aspetti della vita anche la sessualità può risentire delle problematiche connesse al quotidiano, alla crisi relazionale o semplicemente ad un momento di stasi. Queste difficoltà spesso insorgono in relazioni di lunga data dove l'uno dà per scontato l'altro e la pigrizia del corpo e dei sentimenti interviene ad appiattire anche la vita sessuale. Ecco perché in questi casi è bene parlare apertamente di ciò che sta "bloccando" la coppia, senza aver paura di chiedere un aiuto ad un esperto per superare questa fase. La complicità sessuale è una condizione che va ricreata giorno dopo giorno per essere stimolante e divertente in quanto una coppia appagata riesce a creare un rapporto di vera intimità che va al di là della sola sessualità e una comunicazione positiva con il partner. Se, in-

vece, una coppia è in crisi e usa il sesso come "terreno di guerra", cioè un modo per mettere in campo tutti i sentimenti negativi e di manifestare le proprie problematiche, allora i due partner sono ben lontani dall'essere di nuovo complici. Come mai accade questo? Poiché, come sottolinea la psicologa Melandri, il sesso è l'unico modo in cui avviene una comunicazione diretta, senza filtri, la più sincera. Nella sessualità emergono sentimenti positivi e negativi che nella vita quotidiana non verrebbero mai a galla. Ecco perché in una coppia in crisi il sesso diventa una vera e propria arma d'accusa e non un mezzo "risanatore", ed è proprio per questo che serve l'intervento di un professionista che aiuti a ristabilire e a far "infiammare" di nuovo il desiderio e la complicità di una volta.

Oggigiorno la sessualità è affrontata su due diversi livelli, uno positivo e uno negativo. Positivo poiché la maggior informazione e la maggiore conoscenza dell'argomento rispetto a un tempo ha permesso di vedere il sesso non più come un tabù, ma come un atto spontaneo, speciale e fondamentale per la serenità di coppia. Negativo in quanto l'eccessiva sovraesposizione visiva e generale di messaggi inerenti al sesso hanno portato i giovani a diventare da un lato più competenti in termini di sessualità, ma dall'altro meno esperti nel creare e costruire relazioni di coppia sane e solide. Quindi conoscere il sesso senza però sapere quali sono le vere dinamiche che portano la coppia a vivere la sessualità come un atto di simbiotica felicità ha conseguenze negative.

La dottoressa Melandri vuole dunque spingere tutte le coppie a non sottovalutare la comunicazione, l'amore per il partner e la volontà di costruire giorno per giorno una complicità sessuale divertente, solida e sincera.



Dott.ssa Giuliana Melandri

Psicologa, Psicoterapeuta, Esperta in Sessuologia Clinica

Riceve a Roma in: Via Val Santerno (zona Conca D'Oro)

Via dei Gracchi (zona Prati) - Cell. 3474735141

www.giulianamelandri.it

