

# Dispiaceri dell'orgasmo

**L'impossibilità di avere un orgasmo per una donna innamorata del proprio partner può diventare causa di grande preoccupazione, la soluzione c'è**

Amate il vostro partner e al contempo siete riamate, ma non riuscite a provare piacere durante il rapporto sessuale? Tranquille, è un problema che accomuna molte donne. Capita che, per pudore, non si riesca a comunicarlo a lui e alla lunga può trasformarsi in causa di rottura.

Recenti sondaggi fatti da SIMG (Società Italiana di Medicina Generale) rilevano che il 12,2% delle donne non ha mai provato un orgasmo, il 33,6% non riesce a raggiungerlo e il 42,2% finge regolarmente, trasformando il piacere in ostacolo. Le cause di questo fenomeno sono fisiche e psicologiche, comunque risolvibili.

Una piccola percentuale è legata a problemi fisiologici che riguardano il clitoride, in questo caso bisogna rivolgersi ad uno specialista che troverà una soluzione. Per quanto riguarda il fattore psicologico le cause possono essere varie e legate al rapporto con il proprio corpo e la sessualità in genere, ma anche questo si può risolvere per vivere una relazione d'amore felice sotto le lenzuola.

Diversi sessuologi danno consigli su come superare l'anorgasmia. Il sessuologo Marco Rossi dice a riguardo "per ottenere il massimo piacere dalle esperienze sessuali, è fondamentale che la persona abbandoni il controllo e lasci regnare liberamente le sensazioni erotiche. Le donne che hanno paura di perdere il controllo nella vita sessuale sono spesso rigidamente controllate".

"L'orgasmo femminile" dice Francesca Romana Tiberi: psicologa, sessuologa e psicoterapeuta della coppia "richiede una buona conoscenza della propria sessualità e del proprio fisico: è fondamentale conoscersi e sapere cosa può darci piacere. Spesso una conoscenza non adeguata del proprio corpo può essere all'origine delle difficoltà".

Il consiglio è di liberarvi da ansie e paure, condividerle con il partner, se davvero vi ama, capirà. Insieme supererete l'ostacolo, magari provando a giocare con il corpo, così da scoprire quali sono le zone di puro piacere che neanche immaginate. Lo scrittore e specialista in psichiatria all'università di Milano e Ginevra Willy Pasini crede che il problema sia legato soprattutto all'educazione sentimentale avuta dai genitori: il valore repressivo del corpo e del sesso che si riceve sin da piccoli, cercate di superare le convinzioni inculcate a quell'età, siete adulte prendete finalmente possesso del corpo.

Scoprite il vostro lato erotico, condividete le perplessità con il partner, mettendo a nudo ciò che vi frena e supererete l'ostacolo. Troverete così il paradiso perduto!