

## Rete Prospettiva Famiglia Sesta Circoscrizione Verona

L'affettività e la sessualità: problematiche  
relative allo sviluppo dell'affettività  
dall'infanzia all'adolescenza



Dott.ssa Bernardelli Sara  
Psicologa

# Introduzione



- L'interesse per la sessualità ci accompagna, in quanto esseri sessuati, durante tutta la nostra vita pur con caratteristiche e finalità diverse;
- Un bambino usa la sessualità con intenzioni esplorative per conoscere il proprio corpo e quello delle persone dell'altro sesso, ed è incuriosito ed attratto dalle sensazioni che prova nel toccarsi i genitali
- L'adolescente inizia ad inserire la sessualità nella dimensione interpersonale, ad unire amore e sessualità nella dimensione di coppia

# Lo sviluppo della sessualità nel bambino

- Nei primissimi tempi di vita dei nostri figli siamo estasiati dal loro aspetto angelico e orgogliosamente sorpresi di quanto somiglino a noi;
- Poi un bel giorno l'idillio viene interrotto bruscamente dal fatto che li abbiamo sorpresi mentre giocano "al dottore"
- È in genere in circostanze come queste che cessiamo di ripetere "quanto mi assomiglia!". Nella migliore delle ipotesi facciamo finta di niente, nella peggiore ci rivolgiamo ad uno psicologo

# PREMESSA

- La sessualità è presente fin dalla nascita
- Nel bambino è assolutamente indipendente dalla funzione riproduttiva e non va concepita come la si intende da adulti
- Essa serve solo a procurare piacere e investe via via parti del corpo differenti come bocca, ano e genitali

# Le fasi dello sviluppo sessuale nei primi anni di vita

- Lo sviluppo della sessualità infantile può essere suddiviso in tre fasi
- Le fasi si intrecciano e sovrappongono tra loro
- I tempi di acquisizione e di passaggio tra una fase e l'altra sono variabili e assolutamente soggettivi perché sotto l'influenza di numerose variabili quali fattori biologici, genetici, ambientali, culturali



- **Fase orale:**

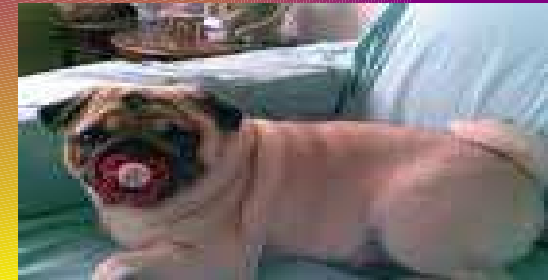
- zona erogena è costituita dalla bocca

- dalla nascita a un anno e mezzo;

- connessa con il poppare;

- Il bambino trae piacere dall'incorporare ciò che è buono e sputare ciò che è cattivo, sia esso cibo, ciuccio o altro;

- Trae anche piacere al solo ciucciare senza scopo nutritivo;



- labbra, lingua, guance contribuiscono, con i loro movimenti ritmici di rilassamento e contrazione, a fare sperimentare una prima sensazione di piacere;
- il seno materno non ha soltanto una funzione nutritiva ma anche affettiva





- **Fase anale:**

- essa va dai 18 mesi ai 3 anni;

- il centro del piacere diventano gli sfinteri;

- L'interesse del bambino si sposta verso le funzioni escretorie e non è più interessato solo al piacere del cibo o della suzione;

- È il momento in cui si può tentare il primo spannolinamento;



- Trattenere ed espellere costituisce non solo una funzione nuova, un nuovo potere su se stesso, ma la funzione di trattenere ed espellere costituisce un vero e proprio scambio amoroso, un dono che il bambino fa alla mamma soddisfacendone le aspettative;
- Il bambino prova piacere ad espellere ma anche a manipolare le sue feci e ad annusarle: non ha il senso del ribrezzo, le feci sono una parte preziosa di se da cui impara a staccarsi per farne dono a chi si occupa di lui

- **ATTENZIONE:** non inculcare subito il senso di disgusto e quello della pulizia: non è per diventare più pulito che il bambino impara a fare a meno del pannolino, è per sperimentare il dono, l'atto di lasciare andare qualcosa di sé, l'atto di privarsi di qualcosa senza la sensazione di perdere qualcosa



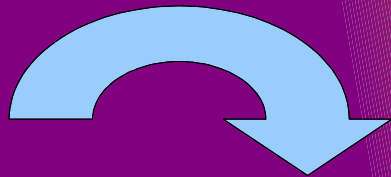
- **Fase Genitale:**

- Si tratta di un lungo periodo che va dai 3 anni alla pubertà;
- si suddivide in tre sotto-fasi: un periodo cosiddetto fallico che va dai 3 ai 5 anni, un periodo di latenza che va dai 6 ai 12 anni più o meno e una fase genitale in senso stretto che corrisponde allo sviluppo sessuale definitivo della pubertà;

- compare il **gioco genitale** dei bambini che si manifesta sotto forme diverse:

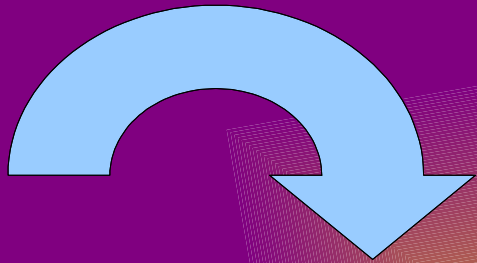
1. in alcuni momenti di solitudine, stanchezza o noia, i bambini si accarezzano i genitali leggermente cercando sollievo,

2. mentre altre volte si accarezzano i genitali più energicamente con l'intenzione di sperimentare eccitazione



può avere un effetto calmante o eccitante a seconda del momento in cui viene messo in atto

- ...C'E' ANCHE QUALCOS' ALTRO...



i bambini di entrambi i sessi tra i diciotto e i ventiquattro mesi

sperimentano un aumento di consapevolezza genitale

l'identità di genere e molti aspetti del ruolo di genere si stabiliscono in maniera stabile e pressoché immutabile

Il bambino impara a distinguere il maschile dal femminile

- **GLI ADULTI DEVONO AVERE  
ATTENZIONE:**



sono importanti sia i modi in cui il bambino è trattato come maschio o come femmina, sia i modi in cui gli adulti trattano le persone dello stesso sesso e del sesso opposto

DAL TERZO ANNO... i bambini sono in grado di riconoscere le differenze anatomiche tra i sessi, si interrogano sulle differenze di genere che osservano e assumono comportamenti prendendo i genitori come modelli di riferimento

l'atteggiamento del genitore dello stesso sesso ma è altrettanto importante, per il bambino, sentirsi riconosciuto e apprezzato dal genitore di sesso opposto.

Il bambino vede che i genitori sono maschio e femmina e capisce che gli competono compiti differenti sono importantissimi gli aspetti sociali, ovvero il come viene trattato il bambino coerentemente con il proprio sesso? O in disaccordo con il vissuto di chi gli sta attorno? I genitori dovrebbero passare l'identità maschile o femminile connotata con i giusti segnali

Toccarsi i genitali, accarezzarli e stimolarli, da parte dei bambini dei due sessi, costituiscono attività importanti per l'integrazione dei genitali nella rappresentazione del sé corporeo e per il consolidamento dell'identità di genere e del ruolo di genere

Trascurare l'esistenza di tale naturale attività, ignorare, distogliere lo sguardo, oppure etichettare, punire, disapprovare o essere in tensione segnala al bambino che questa attività "speciale" non è corretta e porta a sperimentare la vergogna e il senso di colpa.



# La latenza

- Improvvisamente si arriverà a un'età nella quale sia la gestualità masturbatoria, sia la scoperta sessuale spariranno;
- verso i 6/7 anni;
- sembra che l'argomento non interessi, nel quale può accadere che i maschi stiano con i maschi, le femmine con le femmine senza quasi provare interesse reciproco, specialmente di tipo "sessuale";



# La preadolescenza e adolescenza

- A partire da circa gli 11-12 anni per le ragazze e ai 13-14 anni per i ragazzi;
- la maturazione puberale
- rinasce la pulsione sessuale
- problemi e tensioni che riguardano sia i rapporti affettivi con i genitori, sia la sfera dell'attività sessuale e dei rapporti con i coetanei
- a quello che viene considerato il "tempo giusto".



**Le ragazze:** la comparsa di alcune trasformazioni fisiche: la comparsa di peli nella zona pubica e sotto le ascelle, l'inizio del ciclo mestruale (menarca) e lo sviluppo del seno

- Queste possono essere fonte di preoccupazioni e di situazioni conflittuali in misura maggiore rispetto ai maschi per diverse ragioni.
- La prima mestruazione (menarca) ha luogo in modo inatteso e traumatico: Per evitare che questo accada è importante che una ragazza riceva informazioni precise soprattutto dalla madre su quello che accadrà. Ma anche se la ragazza ha ricevuto tutte le informazioni, l'agitazione può essere determinata da situazioni di ritardo o di anticipo rispetto

- L'ansia può nascere anche perché la madre, o altri familiari, trasmettono atteggiamenti e sentimenti personali nei confronti di questo evento, oppure perché manifestano un'attenzione eccessiva.
- Infine, essa può costituire obiettivamente una fonte di imbarazzo nelle situazioni sociali e divenire oggetto di osservazione soprattutto da parte dei propri compagni di classe.

# Come aiutare la ragazza?



- Per aiutare le ragazze ad affrontare questo momento importante è necessario fornire le informazioni relative a quello che succederà, magari attraverso una chiacchierata sincera con la mamma, rispondendo a tutte le domande che la figlia si sentirà di fare.
- Quando, poi, si verificheranno i cambiamenti sarà importante viverli con la maggiore serenità possibile, facendoli rientrare nella normalità del processo evolutivo: in questo modo anche la ragazza avrà la possibilità di viverli come un passaggio verso la vita adulta senza emozioni particolarmente negative.

# E i maschi?



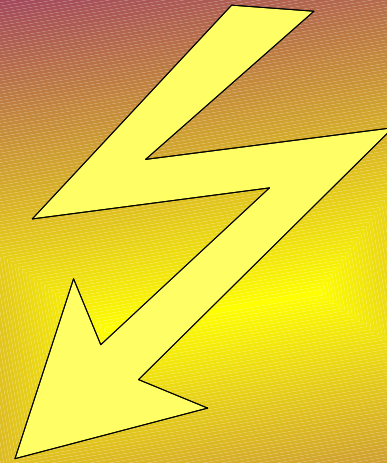
- Nei maschi i cambiamenti avvengono con un po' di ritardo (circa due anni) rispetto alle femmine, ma anche per loro intervengono cambiamenti importanti, sebbene la maturazione sessuale sia un fatto meno traumatico.
- I mutamenti sono piuttosto gradualmente e non danno luogo a crisi cicliche. L'ansia, però, può nascere anche nei maschi in certe situazioni sociali: il timore che i genitali, divenuti più grandi, possano provocare al di sotto degli abiti divenuti troppo stretti un rigonfiamento visibile può suscitare imbarazzo e ostacolare la concentrazione nelle attività scolastiche.

- Il primo segno di sviluppo puberale è rappresentato generalmente dall'aumento di dimensione dei testicoli che si verifica di solito attorno agli 11,5 anni.
- La crescita del pene inizia generalmente a 12,5 anni,
- la comparsa dei primi peli pubici avviene a circa 12 anni.
- Lo sviluppo del pene e dello scroto, sacca all'interno della quale sono contenuti i testicoli, si completa generalmente nell'arco di due anni; nello stesso periodo prosegue lo sviluppo dei peli pubici. La crescita dei peli ascellari inizia in genere 2 anni dopo la comparsa dei primi peli pubici.

- Le **polluzioni notturne** nei ragazzi sono i primi segnali di una sessualità completa.
- Le altre caratteristiche sessuali secondarie (pelosità alle gambe e tronco, barba, cambiamento della voce, acne, ecc.), si verificano in tempi molto diversi da soggetto a soggetto
- Lo **scatto di crescita staturale** comincia normalmente un anno dopo l'inizio dell'aumento di dimensione dei testicoli e la massima velocità di crescita in altezza, è raggiunta dopo circa un anno. In questa fase di accelerazione di crescita il maschio può crescere in altezza anche oltre 30 centimetri



In circa 1/3 dei ragazzi in età puberale, si può osservare un ingrossamento di una o di entrambe le mammelle, con dolore alla palpazione, questo fenomeno si chiama **ginecomastia puberale**



Tale situazione non deve preoccupare i genitori ed i ragazzi, poiché è un evento del tutto normale che scompare spontaneamente nel tempo senza necessità di fare nulla

- ...e le emozioni?



L'adolescente durante la pubertà viene a trovarsi di fronte ad un corpo in piena evoluzione che stenta a riconoscere come proprio. Non è più il suo corpo infantile, ma non è ancora quello che avrà da adulto. Tutto questo influenza notevolmente l'emotività ed il comportamento del ragazzo che facilmente va incontro a cambiamenti d'umore, alternando periodi di gioia a periodi di depressione, con questa che desta spesso molta preoccupazione nei genitori e nei familiari.

# Chi sono?!

- Il sé è sopraffatto dalla perdita di controllo sul proprio corpo; è un cambiamento di tipo biologico che va a differenziare in maniera definitiva il giovane adulto da ogni altro coetaneo e, soprattutto grazie alla definitiva strutturazione dei caratteri sessuali, definisce e contrappone i due universi di appartenenza: quello maschile e quello femminile
- Ciò che cambia principalmente è l'immagine esterna del giovane

- Laddove muta il corpo, muta automaticamente anche il contesto all'interno del quale tale corpo funziona come veicolo di comunicazione: stile di relazione, percezione dell'altro ecc.



- L'adolescente deve, quindi, metabolizzare il proprio cambiamento e rispondere a questo con una quotidiana e creativa riorganizzazione esperenziale del proprio essere nel mondo; è chiamato a un rimaneggiamento della sua identità

# Non è solo una questione fisica

il corpo è minuziosamente percepito, studiato, valutato nel desiderio di scoprirlo, conoscerlo, possederlo. L'aumentata osservazione di se stessi è accompagnata da una accresciuta osservazione dei i coetanei, con i quali ci si confronta continuamente soprattutto per valutare la propria inadeguatezza ed il proprio valore personale.

**L'adolescente avverte che il proprio aspetto esteriore è molto importante per essere accettato dagli altri.**



**Alcune problematiche  
legate allo sviluppo della sessualità:  
Cosa possono fare i genitori?**



# “Mamma, papà, perchè non ho i peli?” ovvero quando c'è un

- **sviluppo tardivo:** il confronto può causare dubbi e preoccupazioni sulla propria efficienza fisica e il contatto con compagni e, soprattutto, compagni già sviluppati possono mettere in difficoltà a causa dei diversi interessi e atteggiamenti: questo accade soprattutto nei ragazzi
- **I ragazzi che maturano in ritardo** potrebbero trovarsi a fronteggiare un periodo difficile in quanto, sentendosi respinti e dominati dai loro compagni più sviluppati, potrebbero minare la loro autostima e generare ansia

completa.



## E quando si è in anticipo?

- Le ragazze possono manifestare uno sviluppo precoce poiché esse si trovano a contatto con compagni di classe maschi che sono ancora impuberi e che hanno pertanto interessi e atteggiamenti ancora prevalentemente infantili.
- Le ragazze con sviluppo precoce possono sentirsi isolate rispetto alle compagne e ai compagni. Inoltre, spesso accade che queste ragazze vengano trattate come adulte, quando, in realtà, la loro maturazione emotiva e sociale è ancora lontana dall'essere completa



# Le prime esperienze

**sessuali**  
L'interesse per le persone dell'altro sesso estranee alla famiglia e per i rapporti diviene più vivo

- I primi baci, i primi tocamenti, fino alle prime esperienze sessuali complete, che rappresentano il raggiungimento di una forma totale e adulta di comportamento sessuale
- Si tratta molto spesso di una sessualità molto parziale. Spesso il sesso viene vissuto per se stesso, senza alcun innamoramento
- Nell'adolescenza, inoltre, si sperimenta la definitiva scelta sessuale

MA...la tensione sessuale prende altre vie: può essere repressa o sublimata (ad esempio, quando i ragazzi presentano un più intenso impegno di studio o in attività sociali o di tipo solidale); può sfociare in occasionali esperienze omosessuali, spesso in gruppo.

Ma più frequentemente essa si traduce in attività sessuali centrate sul proprio corpo (masturbazione) Solitamente questo è accompagnato da timori e senso di colpa.

- C'è la paura per le possibili conseguenze fisiche o psichiche di un atto che tuttavia i ragazzi provano il desiderio di compiere. Questa paura resta a fatto compiuto e ad essa si aggiunge il senso di colpa. Inoltre, i ragazzi credono di essere gli unici a praticarla e si sentono un'eccezione negativa.
- Per le ragazze per le quali la masturbazione ha un significato e un rilievo minore. Solitamente giungono da sole, più o meno casualmente, a scoprirla e, a differenza dei maschi, il periodo di vita in cui viene compiuto con più frequenza è la maturità.

# Mi sono innamorato/a

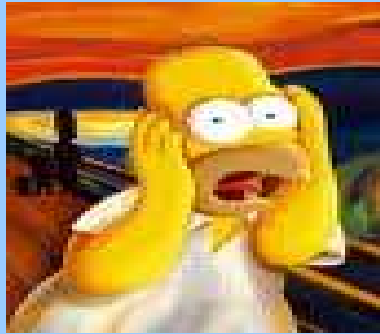


- È questo periodo in cui maschi e femmine scoprono l'innamoramento.
- Una volta acquisita una maggiore sicurezza circa la propria identità, tramite il rapporto con l'amico del cuore e il gruppo dei pari, inizia la ricerca dell'altro sesso e il gruppo diventa misto per permettere all'adolescente di iniziare a sperimentare le prime relazioni affettive.
- Le storie tra adolescenti sono di solito intense e appassionante, anche se limitate nel tempo, ed hanno il valore di sperimentazione con l'altro sesso.



# La prima volta...

- La prima volta è un'esperienza, per tutti gli adolescenti, come un evento magico e carico di aspettative, curiosità ma anche paure.
- I primi rapporti sono spesso caratterizzati da difficoltà quali la perdita di erezione o l'eiaculazione precoce per l'uomo e l'incapacità di raggiungere l'orgasmo per la donna. Tali episodi sono solitamente legati all'ansia, all'inesperienza e se il disagio non perdura nel tempo e nelle diverse situazioni non deve essere considerato indice di disfunzionalità.



E' importante far capire ai ragazzi che le sensazioni legate alla prima volta sono quelle che ricorderanno in futuro che, in qualche modo, influenzeranno anche le successive esperienze sessuali

# Come e quando parlare ai figli di sessualità

- Non ha senso porsi la domanda in questi termini, perché l'educazione sessuale è una comunicazione che nasce con loro e li accompagna lungo la loro crescita.
- Sulla sessualità si comunica soprattutto attraverso il canale non verbale, attraverso il non detto, attraverso il linguaggio del corpo e attraverso il nostro modo di porci e di atteggiarci.





Tutti i genitori fanno educazione e diseducazione sessuale anche senza volerlo o saperlo. Anche senza parlare esplicitamente è impossibile non comunicare qualcosa. Anche i tabù, gli imbarazzi, i silenzi comunicano qualcosa, possono comunicare che la sessualità è un qualcosa di sbagliato, di negativo, di sporco, o più semplicemente un qualcosa di intimo e riservato a tale punto che non si può neanche nominare.

## MA CHE COSA GLI DICO?!

- I tempi da seguire sono quelli del bambino.
- Dobbiamo usare la pista delle domande del bambino, dobbiamo lasciarci guidare da lui
- I bambini parlano se sentono di poterlo fare
- Quando invece avvertono che siamo spaventati o imbarazzati di fronte a certe domande, ecco che imparano a tacere e cala su questi argomenti il silenzio ed il tabù.

**Se un bambino non chiede è perché ha imparato che l'adulto non può rispondere. Altrimenti i bambini domandano, sono curiosi per natura**

Spesso i genitori per uscire dall'imbarazzo:

1) negano: sono cose che non ti riguardano

2) rimandano a tempo indeterminato: te lo dirò quando sarai grande

3) delegano: chiedilo a ...

4) impongono un tabù: ma cosa ti salta in mente?

5) Suscitano sensi di colpa: non ti vergogni?

6) Cercano un colpevole: chi ti ha messo in testa queste cose?

I genitori pensano di non avere le competenze per parlare di sessualità, ma, come si parla spesso con estrema disinvoltura di argomenti che si conoscono appena, sarebbe insensato pensare di non poter raccontare, spiegare e trasmettere un qualcosa che fa sicuramente parte della propria esperienza personale

Il problema allora non è come eludere queste domande ma come rispondere il più sinceramente possibile usando le parole e i toni giusti e adeguandosi all'età del bambino



Allora si potrà spiegare, ad esempio,

che le bambine hanno internamente ciò che i maschietti hanno all'esterno e che non hanno un pene perché hanno un utero, una parte del corpo che i maschi non hanno. E si potrà descrivere l'utero come un piccolo sacco all'interno della pancia dove crescono i bambini.

# Pisellino o farfallina?

- Quando un bambino si accorge che il suo corpo è diverso da quello della sorella o di un amichetto, chiede spiegazioni.
- Vanno bene le stesse parole usate dai bambini: "pisellino" e "farfallina".
- Se, invece, si vogliono usare fin dall'inizio termini scientifici, consiglio di leggere insieme ai figli uno dei tanti libri educativi che si trovano in commercio. Hanno un bollino che segnala a quale età sono rivolti, adottano il linguaggio più adatto e danno la possibilità di seguire un percorso facile, illustrato da disegni colorati

# Da dove vengo?

Dai quattro ai sei anni, i bambini sono molto curiosi sull'origine della vita.

E' meglio non raccontare la storia della cicogna. Dà un'idea sbagliata.

Oltretutto, i bimbi sono smaliziati perché in tivù guardano immagini di sesso esplicite e non si accontentano delle favole.



L'approccio giusto è spiegare che il neonato si forma nella pancia della mamma, evitando le divagazioni su fiori e api: ai bimbi interessa sapere da dove arrivano loro, non altre creature. Si può dire, quindi, che papà ha messo un "semino" e la mamma lo ha accolto in un "ovetto" per nutrirlo e farlo crescere.

È un atto d'amore. A questo punto, i più grandi, a circa otto anni, chiedono altri dettagli su come il seme si è fatto strada nel corpo femminile. È importante sottolineare che è un gesto d'amore. E capita quando un uomo e una donna si piacciono e dormono insieme.



# Una cosa da grandi...

Limitarsi ad accennare che un figlio nasce perché papà e mamma dormono insieme, però, può confondere i piccoli: "Se dormo con Laura, le cresce un bimbo nella pancia?".

Questa domanda rivela

la paura di crescere

in fretta. Il genitore,



allora, per rassicurarli, dovrà aggiungere semplicemente la verità.

Fare l'amore e avere un figlio è una cosa da grandi. E dà sensazioni bellissime che anche loro, un giorno, vivranno.

# In adolescenza...

Per quanto riguarda, invece, l'adolescente non fate forzature, rispettate l'eventuale loro pudore al riguardo. È difficile iniziare un dialogo sulla sessualità a 12, 13 anni se non è stato costruito prima, perché a quell'età oscillano tra una forte curiosità ed interesse e un normale e sanissimo chiudersi su questi argomenti.



# La masturbazione infantile...

La masturbazione, nei bambini di ogni età, rappresenta una fase di passaggio per una normale e sana vita sessuale adulta. Molte forme di masturbazione nei bambini prescindono dalla stimolazione manuale dei genitali, come ad esempio, per le bambine, strofinare le cosce tra loro o strofinarsi contro un oggetto che può essere il materasso il cuscino o altro oggetto desiderabile.

Vi potrà capitare di trovare il bambino che gioca con il suo organo genitale

il bambino che si masturba usa questo sistema per consolarsi nei momenti di stanchezza, solitudine, noia e quando si deve addormentare;

# Cosa fare?

Accettate la situazione senza irrigidirvi su posizioni punitive;

Non state a guardare vostro figlio come se facesse qualcosa di cattivo o immorale o pericoloso, non impeditegli in modo violento di masturbarci;

Aumentate le coccole a vostro figli;

Cercate di distrarre il bambino che si masturba se lo fa davanti a voi o ad altri intervenite appena possibile, distraetelo con un giocattolo, con un'attività

Se non ci riuscite, convincetelo a mettersi in un posto appartato, non davanti agli altri;

Potrebbe essere necessario chiedere un consiglio se:

1. il bambino continua a masturbarsi davanti ad altri;
2. cerca di masturbare altri bambini;
3. vi sembra infelice e particolarmente solitario;
4. non riuscite a sopportare la situazione;
5. i consigli forniti non hanno modificato le abitudini del bambino;
6. avete comunque dei dubbi sul comportamento da tenere.

# Alcune letture....



Pellai e Calaba "Col cavolo la cicogna".  
Raccontare ai bambini tutta la verità su amore e sessualità. Erickson;

Giommi, Perrotta "Programma di educazione sessuale 3-6 anni"; "Programma di educazione sessuale 7-10 anni"; "Programma di educazione sessuale 11-14 anni";

Mondadori Collana "Le ragazzine";

Pellai "Mamma, cos'è l'amore? L'amore e la sessualità spiegati ai nostri figli" Franco Angeli



Grazie per la vostra attenzione...

[bernardellisara@googlemail.com](mailto:bernardellisara@googlemail.com)