

## Editoriale

Francesca Cavallo\*, Ivan De Marco\*\*



La sessualità continua a occupare una posizione paradossale nella pratica psicoterapeutica: onnipresente nell'esperienza dei pazienti, spesso assente dal setting clinico. La ricerca epidemiologica documenta in modo consistente come i problemi sessuali siano tra le difficoltà più frequentemente riportate dalla popolazione generale – con stime che variano tra il 30% e il 45% a seconda del genere, dell'età e degli strumenti utilizzati – eppure la formazione dei professionisti della salute mentale dedica loro uno spazio marginale, e la pratica clinica li affronta spesso solo quando il paziente li introduce esplicitamente. Il risultato è un divario sistematico tra il peso soggettivo che la sessualità ha nella vita delle persone e la centralità che riceve nel lavoro terapeutico.

Questo numero monografico nasce da un'insoddisfazione per questa asimmetria e dalla convinzione che la psicoterapia cognitivo-comportamentale disponga degli strumenti teorici e tecnici per affrontare la sessualità con lo stesso rigore con cui affronta qualunque altro dominio del funzionamento psicologico. La psicoterapia ha storicamente trattato la sessualità secondo due modalità ugualmente riduttive: o la concentra nell'ambito specialistico delle disfunzioni, producendo protocolli efficaci ma decontestualiz-

\* Psicologa, Psicoterapeuta, Dottore di ricerca, Sessuologa, Criminologa, Coordinatrice Area di Interesse Sessuologia SITCC, Scuola Psicoterapia Integrata, Passaggio dei Canonici Lateranensi 12, 24121 Bergamo; e-mail: francycavallo@hotmail.it.

\*\* Psicologo, Psicoterapeuta, Dottore di ricerca, Sessuologo, Co-coordinatore Area di Interesse Sessuologia SITCC, CBT Academy, IUSTO, Centro Studi Autopoiesi, C.so A. De Gasperi 32, 10129 Torino; e-mail: ivan.demarco@ius.to.

*Quaderni di Psicoterapia Cognitiva* (ISSNe 2281-6046), n. 57/2025  
DOI: 10.3280/qpc57-2025oa23106

zati dall'esperienza complessiva della persona, oppure la omette sistematicamente dai percorsi di assessment e formulazione del caso, come se si trattasse di un'area clinicamente secondaria. In entrambi i casi, il risultato è lo stesso: la sessualità rimane ai margini del lavoro terapeutico, separata dalle altre dimensioni del funzionamento psicologico invece di essere integrata in esse. La sessualità, intesa in una prospettiva biopsicosociale, non si riduce al comportamento erotico né tantomeno alle sue disfunzioni. Essa include la consapevolezza della propria identità sessuale nella sua complessità – identità di genere, sesso biologico, orientamento sessuale – e le modalità con cui questa identità si costruisce, si negozia e si esprime nelle relazioni intime nel corso del ciclo di vita. Così come esploriamo sistematicamente aree di vita apparentemente prive di criticità, è clinicamente rilevante indagare la sfera sessuale in tutta la sua complessità: non come mero comportamento, ma come dimensione identitaria che integra consapevolezza di sé, corpo, relazioni e contesto socioculturale. In questa prospettiva, lavorare sulla sessualità in psicoterapia non è un di più, ma una delle strade più dirette verso la comprensione di come una persona costruisce il senso di sé e il proprio posto nel mondo relazionale.

I contributi raccolti in questo volume monografico sono stati elaborati nell'ambito del gruppo di lavoro Area di interesse in Sessuologia Clinica (AIS) della SITCC, Società Italiana di Psicoterapia Cognitiva e Comportamentale, che è composto da membri di una rete clinica e di formazione che da anni lavora sull'integrazione tra sessuologia e psicoterapia cognitivo-comportamentale. I temi affrontati coprono un arco volutamente ampio, strutturato secondo una logica che non è enciclopedica ma clinica: qualunque lavoro sulla sessualità richiede simultaneamente competenza tecnica, sensibilità al contesto e posizionamento etico. Nessuno dei tre è sufficiente da solo.

Il volume si apre con il processo di assessment e l'anamnesi sessuologica, perché la qualità della valutazione è la condizione di possibilità di qualsiasi intervento: senza un'esplorazione sistematica e non giudicante della storia sessuale del paziente, il rischio è di costruire formulazioni del caso strutturalmente incomplete. Segue un capitolo sulla multidimensionalità dell'educazione sessuale, intesa non come trasmissione di nozioni biologiche ma come intervento clinico e preventivo che agisce su rappresentazioni, credenze e competenze relazionali. Il tema della violenza di genere viene affrontato con attenzione alle criticità sistemiche del contesto italiano, ai bias cognitivi ed emotivi del terapeuta e al difficile equilibrio, che la letteratura più recente declina in termini di mentalizzazione, tra accoglienza non giudicante dell'autore e ferma responsabilizzazione rispetto agli atti agiti. I capitoli sulle disfun-

zioni sessuali e sui modelli integrati di trattamento offrono un quadro evidence-based che supera la dicotomia organo/mente ancora troppo presente nella pratica clinica ordinaria.

La seconda parte del volume si concentra su popolazioni e contesti che la clinica tradizionale ha affrontato con insufficiente specificità. Le condizioni di fragilità, come ad esempio nella disabilità, e nell'invecchiamento, mettono a nudo un pregiudizio implicito diffuso tra i clinici: che la sessualità sia prerogativa dei corpi sani e giovani, e che in presenza di fragilità possa essere accantonata senza costi per il benessere del paziente. La letteratura smentisce questa assunzione con dati consistenti. Il capitolo dedicato alle identità LGBTQIA+ e all'intersezionalità chiarisce come i modelli del minority stress e delle organizzazioni di significato personale possano integrarsi senza perdere rigore metodologico, e come il posizionamento etico del terapeuta in un contesto strutturalmente eteronormativo non sia un elemento accessorio della relazione terapeutica, ma una variabile clinicamente rilevante. Il contributo sulle neurodivergenze introduce concetti come il Double Empathy Problem e il masking nelle relazioni intime, proponendo una cornice neurodiversity-affirming compatibile con la CBT evidence-based e clinicamente necessaria per evitare formulazioni che patologizzano adattamenti contestualmente razionali.

Un'avvertenza che riteniamo necessaria prima di lasciare spazio ai contributi. Lavorare sulla sessualità in psicoterapia richiede che il clinico faccia i conti con i propri bias, culturali, valoriali, teorici, prima ancora di occuparsi di quelli del paziente. Ogni capitolo di questo volume tocca, in modo esplicito o implicito, il tema del posizionamento del terapeuta: davanti alla vittima di violenza e davanti al suo autore, davanti al paziente LGBTQIA+ in un setting ancora spesso implicitamente eteronormativo, davanti alla persona neurodivergente che ha interiorizzato l'idea di essere incompatibile con l'intimità, davanti all'anziano o al disabile per cui la sessualità è considerata, dal contesto prima ancora che dal clinico, un desiderio non pertinente. La cosiddetta neutralità terapeutica, in questi contesti, non è un'opzione clinicamente neutrale: è una scelta, e spesso una scelta che replica nel setting le stesse dinamiche di invisibilizzazione che il paziente sperimenta all'esterno.

Questo numero monografico è il risultato di un lavoro collettivo che ha coinvolto clinici, ricercatori, docenti e specializzandi con formazioni e prospettive differenti. La pluralità delle voci, nelle sfumature teoriche, nei casi clinici scelti, nell'uso della letteratura, mostra la complessità della sessualità umana, la quale merita e richiede approcci multipli. Ciò che accomuna tutti i contributi è la convinzione che occuparsi di sessualità nella stanza di terapia sia una reale necessità clinica, non un'opzione, e che farlo bene richieda

competenze specifiche, consapevolezza dei propri limiti e una disponibilità genuina a interrogare le proprie cornici normative implicite, in processo costante di disciplina interiore del terapeuta.

Ringraziamo la redazione dei Quaderni di Psicoterapia Cognitiva per aver creduto nella rilevanza clinica di questo tema e per aver sostenuto la necessità di dedicare uno spazio strutturato alla sessualità all'interno del dibattito scientifico della psicoterapia cognitivo-comportamentale italiana. La loro disponibilità ha reso possibile un lavoro che speriamo contribuisca a rendere la sessualità una presenza ordinaria, e non più eccezionale, nella pratica clinica quotidiana.