

# Niente sesso siamo pari

**Lori Gottlieb, The New York Times Magazine, Stati Uniti. Foto di Maia Flore**

Lui cucina, lei lava i piatti, entrambi lavorano e si prendono cura dei figli. È il matrimonio paritario perfetto. C'è solo un problema: il sesso. Parla la psicoterapeuta statunitense Lori Gottlieb

**Q**ualche tempo fa sono andata a cena a casa di amici insieme ad altre coppie sui quaranta. Gli unici non sposati eravamo io e il mio ragazzo. L'atmosfera è rimasta allegra fino a quando, arrivati al dolce, un invitato ha buttato lì una battuta sul porno online. La moglie si è risentita, e nel teso scambio di frecciate che è seguito abbiamo tutti avuto la sensazione di aver saputo troppo sulla loro vita privata. Per fortuna un altro marito ha subito spostato la conversazione su un argomento sicuro per i genitori di mezza età (il tempo che i bambini passano davanti allo schermo), e dopo una vivace discussione sull'iPad abbiamo salutato gli ospiti e siamo andati via. In auto mi sono voltata verso il mio ragazzo e gli ho detto: "Scommetto che quei due non faranno sesso stasera". Lui ha sorriso scuotendo la testa e mi ha risposto che con ogni probabilità sarebbero stati i padroni di casa a non fare sesso quella sera.

Ho pensato che stesse scherzando. La coppia che ci aveva invitato rappresentava il mio modello di matrimonio: un rapporto tra pari che condividono le faccende di casa e la cura dei figli, dialogano con sincerità e danno la massima importanza al lavoro dell'altro. L'immagine della coppia felice. Durante la serata li avevo visti lavorare insieme in cucina allegramente: lei serviva gli antipasti, lui tagliava e affettava. Quando la figlia di sei anni si era svegliata per un brut-

to sogno, avevano deciso senza bisogno di parlarsi che sarebbe andato lui a consolarla. Era il tipo di matrimonio che tanta gente si augura. "Appunto", ha detto il mio ragazzo. "È un matrimonio estremamente improbabile".

Il matrimonio non è certo famoso per essere un afrodisiaco, ma il mio ragazzo alludeva a una particolarità della condizione coniugale moderna. Negli Stati Uniti le statistiche dicono che oggi nel 64 per cento delle coppie sposate con figli sotto i 18 anni lavorano sia il marito sia la moglie. C'è più flessibilità di genere su chi porta a casa i soldi, chi fa i piatti e il bucato, chi guida la macchina, chi pettina i bambini, perfino su chi possiede la casa. Secondo un'indagine del Pew research center, la grande maggioranza degli adulti sotto i trent'anni negli Stati Uniti pensa che questo sia positivo: i giovani aspirano a quello che le scienze sociali definiscono un matrimonio simmetrico, in cui i coniugi hanno uguale potere, lavorano e si occupano entrambi della casa, hanno interessi e amicizie comuni. Ma proprio le caratteristiche che garantiscono maggiore soddisfazione emotiva nei matrimoni paritari potrebbero avere un imprevisto effetto negativo sulla vita sessuale delle coppie.

Nel 2013 uno studio pubblicato dall'American Sociological Review intitolato "Egualitarismo, faccende domestiche e frequenza sessuale" ha sorpreso molte persone proprio perché contraddice l'idea secondo cui se i matrimoni migliorano diven-

tando più paritari, anche il sesso deve migliorare. Dalla ricerca emerge invece che quando gli uomini svolgono alcuni tipi di lavori domestici, le coppie fanno meno sesso. In particolare, se gli uomini svolgono tutte le faccende che i ricercatori definiscono “femminili”, come piegare il bucato, cucinare o passare l’aspirapolvere – cose che molte donne chiedono ai mariti di fare – allora le coppie fanno sesso 1,5 volte di meno al mese rispetto a quelle in cui i mariti svolgono compiti considerati “maschili”, come buttare la spazzatura o aggiustare l’auto. E non è solo la frequenza a soffrirne, almeno per le donne. Più la divisione del lavoro è tradizionale, cioè più il marito svolge compiti maschili invece che femminili, più la moglie si dichiara sessualmente soddisfatta.

Certo, alcuni potrebbero considerare con scetticismo uno studio come questo. Le correlazioni non determinano un rapporto di causa-effetto, e per di più quando si parla di sesso c’è sempre il rischio di pregiudizi e di campionamento selettivo, per non parlare del possibile imbarazzo di una persona al momento dell’intervista. E soprattutto, anche se lo studio aveva usato gli ultimi dati sulla frequenza sessuale e sulla divisione del lavoro nelle coppie statunitensi, le informazioni erano state raccolte negli anni novanta. Tuttavia, nella mia esperienza di psicoterapeuta specializzata in problemi di coppia, ho notato qualcosa di simile. È vero che le donne prigioniere delle faccende di casa raramente tendono a desiderare i loro mariti. Eppure anche quando convincono il partner, per esempio, a caricare la lavastoviglie – un tipo di attività raccomandata da tutti i libri di psicologia, le riviste femminili e i terapeuti – questo non ha un grosso effetto sulla loro libido. Molti miei colleghi hanno osservato lo stesso fenomeno: per quanto il marito scrosti il lavandino e faccia la spesa, per quanto moglie e marito comunichino tra loro, per quanto siano sensibili alle emozioni e agli impegni di lavoro dell’altro, la moglie non trova il marito sessualmente più eccitante, anche se si sente più felice e più vicina a lui.

Me ne sono accorta per la prima volta durante un corso di formazione. Seguivo due coniugi che erano sposati da cinque anni e volevano risolvere alcuni problemi creati dallo squilibrio tra i rispettivi lavori, il reddito e le responsabilità domestiche. Durante la terapia la coppia aveva ritrovato una maggiore sintonia e felicità, e le tensioni erano diminuite. Ma quando gli ho proposto di discutere la fine della terapia, il marito ha tirato fuori un nuovo problema:

la moglie non aveva più voglia di fare sesso con lui come un tempo. Si è voltato verso di lei e le ha chiesto perché. Si sentiva ancora attratta da lui? E perché appariva meno interessata proprio ora che il loro rapporto si era rafforzato in tutti gli altri campi, come voleva lei?

“Mi sento molto attratta da te”, ha risposto lei con la massima serietà. “Sai quando ti desidero davvero? Quando sei appena tornato dalla palestra tutto sudato e ti togli i vestiti per infilarti nella doccia e vedo i tuoi muscoli”.

Il marito ha risposto che una situazione simile si era verificata proprio quella mattina, ma lei si era irritata quando lui aveva

## Per essere neutrali rispetto al genere forse siamo diventati di genere neutro

buttato i vestiti sul pavimento. Da lì era nata una discussione sul fatto che lui non aveva passato l’aspirapolvere il giorno prima, quando lei aveva lavorato fino a tardi. Anche il marito aveva lavorato più del solito, per questo non aveva pulito, ma la moglie odiava svegliarsi in una stanza disordinata, e quel giorno le pulizie toccavano a lui. “È vero”, ha detto la moglie. “Non pensavo al sesso perché volevo che passassi l’aspirapolvere”.

“Se lo avessi fatto ti saresti eccitata?”.

La moglie ci ha pensato qualche secondo. “In effetti, probabilmente no”, ha risposto rendendosi conto della contraddizione. “L’aspirapolvere avrebbe ucciso il desiderio suscitato dai muscoli”.

Julie Brines, una delle autrici dello studio del 2013, è convinta che il dilemma in cui finiscono per trovarsi molte coppie si riduce a questo: “Minore è la differenziazione di genere, minore è il desiderio”. In altre parole, per cercare di essere neutrali rispetto al genere forse siamo diventati di genere neutro. Quando ho chiesto a Justin Garcia, un ricercatore del Kinsey institute for research in sex, gender, and reproduction, se la mancanza di differenziazione di genere influenzi la vita sessuale delle coppie gay, mi ha risposto che le coppie maschili, sessualmente più attive di quelle lesbiche, tendono a differenziarsi scegliendo partner che non hanno le stesse preferenze sessuali – che, per esempio, vogliono essere nella posizione sessuale più sottomessa –

mentre le lesbiche non tendono a cercare il loro opposto sessuale. Ho fatto la stessa domanda a Pepper Schwartz, professoressa di sociologia all’università di Washington a Seattle, e lei mi ha fatto notare che le coppie omosessuali maschili si differenziano anche sotto altri aspetti. Per gli uomini gay, ha detto, “il filtro iniziale è erotico”, perciò è più probabile che si ritrovino con una persona molto diversa da loro a livello di istruzione o di classe sociale. Ma, ha continuato, “una donna omosessuale pensa come quella eterosessuale, cioè si chiede: ‘Abbiamo obiettivi comuni? Ci piace fare le cose insieme? È intelligente?’”. Schwartz pensa che le coppie lesbiche ed eterosessuali si confrontino con le stesse difficoltà sessuali perché entrambe le relazioni coinvolgono donne, e le donne cercano compagni simili. Quasi tutti gli uomini invece, a prescindere dall’orientamento sessuale, danno la priorità al fattore erotico, ma “gli uomini eterosessuali hanno a che fare con donne eterosessuali”.

## Equilibri di potere

Questo non significa che le coppie eterosessuali paritarie non siano felici. Lynn Prince Cooke, docente di politiche sociali all’università di Bath, nel Regno Unito, ha scoperto che le coppie statunitensi con le stesse responsabilità economiche e domestiche hanno meno probabilità di divorziare. E Stephanie Coontz, autrice di *Marriage, a history*, mi ha spiegato che avere un partner che si occupa della casa e dei figli è diventato un fattore molto importante per la soddisfazione coniugale delle donne, più di molti altri elementi che un tempo prefiguravano la felicità di una coppia, come il reddito del marito o la comune fede religiosa.

La ricerca sulle faccende domestiche sembra indicare che le donne vogliono davvero che i mariti le aiutino, ma lo vogliono in modi caratteristici del genere femminile. Le coppie in cui i mariti svolgono molte attività tradizionalmente maschili hanno rapporti sessuali più frequenti del 17,5 per cento rispetto a quelle in cui il marito non ne fa nessuna. Questi risultati, dice Brines, “potrebbero nascere dal fatto che i comportamenti tradizionali di uomini e donne alimentano associazioni mentali con la mascolinità e la femminilità”. Brines chiama queste associazioni e questi comportamenti “copioni sessuali”. Gli uomini e le donne, dice, mandano continuamente segnali che indicano attrazione per un potenziale partner, e questi segnali implicano “un conti-





VU/PHOTOMASI

nuo rimando alla differenza e al senso di mistero e di eccitazione legato alla consapevolezza che l'altra persona è diversa da te". Ho chiesto a Esther Perel, terapeuta di coppia e autrice di un libro sul desiderio nel matrimonio (*L'intelligenza erotica*, Ponte alle Grazie 2007), qual è il ruolo che i copioni sessuali svolgono nelle coppie egualitarie. Me l'ha spiegato così: "Il matrimonio paritario adotta i valori di un buon sistema sociale - la costruzione del consenso e l'assenso - e dà per scontato che si possano portare in camera da letto. Ma i valori che consentono buone relazioni sociali non sono necessariamente gli stessi che risvegliano

no la libido". Di fatto, "molti di noi la notte sono eccitati dalle stesse cose che contestano di giorno".

Gli squilibri di potere sono un argomento di discussione frequente nelle coppie che seguono in terapia. Sono sempre pronte a parlare della necessità di giocare ad armi pari, ma tendono a sentirsi in imbarazzo quando il concetto di potere viene introdotto nei discorsi sul sesso, perché può suscitare molta confusione.

Una volta durante una terapia di coppia una donna vicina ai quarant'anni e sposata da dieci mi ha raccontato che quando ha chiesto al marito di essere più energico, più

"rude" a letto, il risultato è stato comico. "Cercava di fare quello che gli avevo chiesto", ha raccontato. "Ma era così attento! Io non voglio che mi chieda: 'Stai bene?'. Voglio che se ne infischi se sto bene, che non sia il solito bravo marito, capisci, che prenda il comando". Eppure, ha aggiunto, la sua premura e il desiderio che lei approvi tutto quello che lui fa sono la cosa che più ama di lui in ogni altro aspetto del matrimonio, dalla marca di carta igienica che sceglie a cosa cucinare per i figli a come spendere i soldi. "Non voglio che lui prenda il comando in nessun'altra cosa", ha detto.

Ho raccontato questo episodio a Dan

Savage, che scrive una rubrica sul sesso molto seguita, e lui mi ha detto che incontra problematiche simili nelle lettere che riceve dai suoi lettori. Di recente, per esempio, una donna gli ha chiesto se un certo atto sessuale era “amorevole o degradante”. La risposta di Savage è stata: “Perché non può essere tutt’e due le cose?”. “Le persone devono imparare a separare le questioni”, dice. “Tutti a volte vogliamo essere considerati come oggetti dalla persona che amiamo. Vogliamo stare con qualcuno che sappia spegnere l’interruttore e vederti come un oggetto per un’ora. A volte il sesso è un’espressione di rabbia o una lotta per il potere e il dominio. Questi istinti lavorano insieme. Le persone devono imparare a combinarli in modo che risultino accettabili in una relazione paritaria”.

## Vibratori e lavastoviglie

La richiesta di parità e la mancanza di desiderio che la parità può determinare forse hanno un fondamento scientifico, anche se questo contraddice le opinioni più diffuse. Come ha scritto Daniel Bergner nel suo libro *Che cosa vogliono le donne* (Einaudi 2014), molti studi indicano che le donne hanno fantasie, come quelle sulla sottomissione, apparentemente in contrasto con la nostra idea di una relazione evoluta.

Pepper Schwartz sostiene che forse le donne hanno sempre avuto questo genere di fantasie, il punto è che ora possono dichiararle ad alta voce grazie al potere che hanno conquistato nella vita reale. “Più potere hai nel matrimonio e più responsabilità hai in altre sfere della vita, più la sottomissione diventa sexy”, spiega. “È come se chiedessi a tuo marito: ‘Levami di dosso tutte queste responsabilità per un’ora. Non ne posso più’. Ma ti puoi permettere di chiederglielo solo se non vivi una vita di sottomissione. Questo miscuglio tra ruoli che cambiano e negoziazione sessuale è davvero complicato”.

Anche gli uomini naturalmente possono sentirsi a disagio a esercitare apertamente il potere in matrimoni che per il resto sono basati sull’uguaglianza. Durante una seduta di coppia, una donna sulla quarantina mi ha detto che solo dopo aver scoperto alcune scene di porno che suo marito aveva visto online ha avuto il coraggio di parlargli delle sue fantasie, che erano molto simili a quelle scene. Pensava che il marito sarebbe stato contento, ma era rimasta sorpresa dalla sua mancanza di entusiasmo quando le avevano messe in atto.

“Avevo la sensazione che lo stesse facendo perché glielo avevo chiesto, non per-

ché lo voleva”, ha spiegato la donna. All’inizio ho pensato che stesse cercando di spingere il marito in un vicolo cieco, del tipo “Mi ha comprato i fiori per San Valentino perché è così che si fa, non perché lo vuole davvero”. Ma il problema era un altro: le seccava che il marito si eccitasse guardando una scena di sesso online, ma non mettendola in atto con lei. “Mi sono sentita respinta”, ha confessato. “Gli ho detto: ‘Voglio che tu voglia dominarmi’. Ma lui ha risposto che non mi vede in quel modo, che non ci vede in quel modo”.

Per questa coppia l’esperimento è stato così goffo che sono tornati alla routine: sesso negli stessi ruoli e nelle stesse posizioni tra le 22.30 e le 23, quando sono entrambi stanchi ma non dormono ancora. Quando ho chiesto al marito cosa pensava di questi rapporti, mi è sembrato sollevato di poter

## Nelle unioni di oggi il sesso deve essere trascendentale e totalmente appagante

esprimere la sua perplessità. “Sono piacevoli”, ha detto. “Non sono sempre superfocosi, però sono piacevoli. Io sono attratto da lei, mi piace starci insieme e sono molto felice della nostra vita sessuale. Non so cosa si aspetta. Se non pulissi il bagno, se sottraessi del tempo al suo lavoro, se prendessi una decisione senza consultarla, non lo accetterebbe. Sono abituato a interagire con lei alla pari – ed è esattamente quello che voglio – e mi piace quello che abbiamo, ma ogni tanto mi piace cercare quell’altra roba su internet. Non basta essere un buon marito, un buon padre e voler fare del sesso in modo gentile con la propria moglie? Prima di sposarci ci dicevamo sempre che il nostro sarebbe stato un matrimonio alla pari, e pensavo che sarebbe stata un’ottima cosa anche per la vita sessuale, invece è l’unico campo in cui abbiamo problemi. Tutto il resto va benone. È sul sesso che non andiamo d’accordo”. Ha fatto un respiro profondo e ha aggiunto: “So come funziona un matrimonio alla pari. Ma come dovrebbe essere il sesso alla pari?”.

Il sesso è una faccenda particolare e complessa in qualunque matrimonio, e finché è consensuale e piacevole nessuno dovrebbe metterci bocca. Ma l’idea che il sesso da sposati debba essere sfrenato è un riflesso della nostra cultura. Prendiamo una delle categorie di porno più ricercate: le *milf*

(*mothers I’d like to fuck*, mamme con cui vorrei scopare). In passato l’oggetto delle fantasie sessuali era la giovane segretaria single, oggi è la donna di mezza età con tre figli e una laurea. In un certo senso, potrebbe sembrare un cambiamento incoraggiante per le mamme sposate. Invece di diventare invisibili, sono desiderate e riescono a conciliare tutto: lavoro, figli e una vita sessuale intensa. Ma queste categorie creano anche un falso senso della realtà.

“Un tempo l’espressione ‘matrimonio appassionato’ era un ossimoro”, mi ha detto Esther Perel, l’esperta di coppie. La qualità del sesso coniugale è un discorso relativamente nuovo, apparso insieme ai matrimoni simmetrici. Nelle unioni di oggi, “non vogliamo semplicemente il sesso: deve essere coinvolgente. Deve essere trascendentale e totalmente appagante”.

Il che mi riporta alla cena di cui parlavo all’inizio e alla battuta sul porno online. La conversazione era cominciata in modo piuttosto innocuo, poi il marito aveva osservato che nella coppia di oggi, in cui uomini e donne si dividono equamente le responsabilità del lavoro e della casa, anche il sesso a volte deve essere appaltato. Alla fine di una giornata, aveva detto, gli uomini sono così spossati che anche a loro “viene mal di testa”: non hanno necessariamente l’energia per fare sesso o, più esattamente, per farlo come vogliono le mogli. Gli sposi modello di oggi, aveva scherzato, sono due persone distrutte che cercano di rilassarsi prima di andare a letto: lui su Pornhub, lei su Pinterest. Poi si baciano e vanno a dormire. Gli uomini presenti avevano riso, le donne avevano sorriso con disagio. La moglie sembrava perplessa. Se gli uomini si sfogavano su Pornhub, cosa restava per le esigenze sessuali delle donne? A questo punto la discussione era diventata scivolosa. Senza perdere un colpo, il marito aveva risposto impassibile: “I vibratorii fanno per l’uomo moderno quello che la lavastoviglie ha fatto per la donna”. La moglie si era arrabbiata e aveva definito questa battuta “egoista”. Lui si era difeso dicendo che grattava spesso la schiena alla moglie mentre lei gli aveva fatto un massaggio “al massimo una decina di volte in tutta la nostra vita coniugale”. Mentre distoglievamo lo sguardo, probabilmente abbiamo tutti pensato la stessa cosa: com’è difficile a volte per un compagno spossato soddisfare i desideri sessuali dell’altro.

Nel porno, ovviamente, non esiste reciprocità. “Cosa non vedi mai in un video porno?”, mi ha chiesto Terry Real, un esper-





VU/PHOTOMASI

to di coppie che lavora a Boston. “Tutto quello che si deve negoziare. La donna non dice mai: ‘Tesoro, questo non mi piace, potresti smettere di fare così’, o ‘Potresti farti una doccia prima’. L’archetipo della regina del porno è una donna che ricava piacere sessuale dal dare piacere all’uomo, e tutto quello che fa lui è assolutamente perfetto. Lei non ha esigenze proprie e i ruoli non si capovolgono mai”.

In altri termini, è l’antitesi del matrimonio tra pari. Nel suo libro Stephanie Coontz scrive che una recente evoluzione della condizione coniugale è che “il marito deve rispondere positivamente alle richieste di

cambiamento della moglie”. Ma per quante richieste la moglie possa avanzare e per quanto il marito possa sforzarsi di accontentarla, oggi le donne rischiano di rimanere comunque deluse. Arrivano al matrimonio con storie ed esperienze sessuali simili a quelle degli uomini, e questo genera aspettative difficili da soddisfare in qualunque matrimonio, soprattutto ora che le persone vivono più a lungo e fanno sesso, presumibilmente con la stessa persona, per molti decenni.

Allo stesso tempo le coppie, che oggi possono sposarsi più tardi e per amore, passano meno tempo insieme durante la fase

dell’esplosione sessuale e, se progettano di fare figli, possono perfino perdersi il periodo di totale abbandono della luna di miele (provate a chiedere a una coppia di quarantenni che non riesce ad avere figli se il sesso è divertente). Pepper Schwartz osserva che in passato i cinquantenni erano spesso nonni senza troppe aspettative sulla loro vita sessuale. Oggi un cinquantenne può avere un figlio di dieci anni e trovarsi in una fase della vita che un tempo era occupata da un trentenne, perciò è sottoposto alle pressioni culturali che gli impongono di mantenere una “sessualità giovanile” nel matrimonio, soprattutto da quando sono arrivati farmaci

come il Viagra e l'Estrace.

Un giorno parlavo di queste aspettative con un amico di 41 anni, padre e marito. Lui e sua moglie, che hanno due bambini piccoli, sono un'eccezione nella loro cerchia di amici a Los Angeles: lei si occupa della casa e lui porta a casa lo stipendio. Entrambi si dicono soddisfatti della loro vita sessuale.

"Usiamo diverse posizioni e varie forme di stimolazione orale e manuale, e siamo felici", mi ha detto lui. "Ma molte persone pensano che nel sesso tra marito e moglie debba esserci più passione". A suo avviso, dobbiamo imparare ad accettare che non è possibile avere tutto quello che vogliamo dal nostro matrimonio e dalla nostra vita sessuale, invece di lamentarci e chiederci se siamo davvero compatibili con il nostro compagno.

## Esigenze conflittuali

Ho parlato delle osservazioni del mio amico con Helen Fisher, una ricercatrice del Kinsey institute che studia l'attrazione sessuale. Lei ha aggiunto che oggi perfino le persone soddisfatte della loro vita sessuale spesso pretendono di più. Mi ha parlato di un suo studio in cui ha chiesto alle persone che avevano avventure extraconiugali i motivi del loro comportamento. Il 56 per cento degli uomini e il 34 per cento delle donne ha dichiarato di avere una vita di coppia "felice" o "molto felice", ma di essere comunque infedele.

In passato le ricerche indicavano che gli uomini erano più infedeli delle donne, ma oggi le percentuali stanno diventando molto simili, soprattutto tra i giovani dei paesi avanzati, dove gli studi più recenti indicano che non ci sono differenze di genere nel sesso extraconiugale tra uomini e donne sotto i quarant'anni. La spiegazione potrebbe essere che le donne più giovani hanno unioni paritarie, e le condizioni di questi matrimoni rendono l'infedeltà femminile più probabile che in quelli tradizionali. Uno studio condotto negli Stati Uniti alla fine degli anni novanta ha accertato che le donne con un livello di istruzione più alto hanno maggiori probabilità di essere infedeli rispetto a quelle meno istruite del marito. Gli studi indicano anche che chi lavora fuori e ha un partner che resta a casa tradisce più spesso, e i ruoli di genere tradizionali in questa situazione oggi sono spesso rovesciati. Ora che esercitano professioni non prevalentemente femminili, le donne hanno più opportunità sessuali che in passato.

Fisher mi ha detto che le aspettative di appagamento sessuale delle donne stanno cambiando molto rapidamente. Nel 2013

ha condotto un'indagine chiedendo: "Ti impegneresti a lungo termine con qualcuno che ha tutto quello che cerchi ma da cui non ti senti attratta sessualmente?". Il gruppo meno propenso a rispondere di sì era quello delle donne ultrasessantenni. Si direbbe che oggi, a qualunque età, avere un buon compagno non è più un'attrattiva di per sé.

C'è un'espressione che uso spesso nella terapia di coppia: "esigenze conflittuali". Cosa fanno i partner quando hanno bisogni che contrastano apertamente con quelli del coniuge? Cosa succede se tutti e due devono lavorare nello stesso fine settimana o se entrambi devono partire? Chi va alla recita scolastica o accetta un compromesso senza risentirsi? Un tempo mariti e mogli si occupavano per lo più di cose diverse e le so-

## Quando i partner sono su un piano di parità, si ha la sensazione di essere anime gemelle

vrapposizioni erano minime, perciò il problema si poneva raramente. Ma oggi negli Stati Uniti le donne rappresentano quasi la metà della forza lavoro, e il 23 per cento delle madri sposate con figli sotto i 18 anni ha un reddito più alto del marito. Di fatto, il reddito complessivo è più alto nelle famiglie in cui è la donna a guadagnare di più.

Può sembrare che le donne stiano davvero diventando, come ha detto la giornalista femminista Gloria Steinem, "gli uomini che vogliamo sposare". Ma queste trasformazioni professionali sembrano influenzare la stabilità coniugale. Uno studio pubblicato nel 2013 dal National bureau of economic research indica che se una donna guadagna più del marito, la coppia ha il 15 per cento di probabilità in meno di dichiarare che il suo matrimonio è molto felice, il 32 per cento di probabilità in più di ammettere problemi coniugali nell'ultimo anno e il 46 per cento di probabilità in più di aver discusso la possibilità di separarsi negli ultimi dodici mesi. Le ricerche di Lynn Prince Cooke hanno dato risultati simili: anche se condividere la responsabilità di portare a casa lo stipendio e dividersi i lavori di casa fa diminuire le probabilità di divorzio, questo è vero solo fino a un certo punto. Se una moglie guadagna più del marito, il rischio di divorzio aumenta. Lo studio di Cooke dimostra che il rischio di divorzio è al livello più basso quando il marito svolge il 40 per cento del lavoro do-

mestico e la moglie produce il 40 per cento del reddito.

Ian Kerner, consulente sessuale e autore di *She comes first*, ammette che le coppie faticano a trovare un equilibrio. "I papà casuali e gli uomini che lavorano da casa ripetono spesso che in teoria sono felici di conciliare un'occupazione flessibile con le responsabilità della famiglia. Ma allo stesso tempo si lamentano perché le mogli, quando tornano a casa, si sentono in colpa per essere state fuori tutto il giorno e si concentrano sul rapporto con i figli, ai quali è riconosciuta la priorità. Questi padri si sentono persi". In molte coppie le mogli cominciano a sentirsi scontente perché il marito riesce a passare più tempo con i figli, mentre i mariti con la moglie che controlla il bilancio familiare cominciano a sentirsi "finanziariamente evirati". A volte si innesca un circolo vizioso: il marito si sente emarginato e più insicuro, e questo porta la moglie a perdere stima nei suoi confronti e a desessualizzarlo. In queste situazioni nessuno è troppo interessato a fare sesso con l'altro.

Sicuramente esistono coppie che non hanno problemi con questo tipo di organizzazione familiare e sono sinceramente contente. Però mi capita spesso di sentire mogli e mariti che dicono di volere un matrimonio alla pari, ma cominciano a sentirsi a disagio quando il loro desiderio diventa realtà. E questo disagio, spesso, provoca un calo del desiderio sessuale, da entrambe le parti.

Qualche tempo fa, un paziente che aveva cominciato la terapia perché temeva di essere depresso mi ha detto di sentire profondamente i problemi denunciati dalle



donne per tanti anni. "Devo tenermi stretto il lavoro, fare i salti mortali per rispettare gli orari dei bambini, mettere in tavola la cena tre volte a settimana, fare volontariato a scuola, pagare le bollette ogni mese e per di più devo essere un papà divertente e un marito sensibile, e devo corteggiare mia moglie se voglio fare sesso prima di dormire - di solito dopo aver ascoltato il rendiconto della sua giornata e aver ripassato l'elenco delle cose da fare il giorno dopo", mi ha detto. "E non riesco quasi mai ad andare in palestra, l'unica cosa che mi scarica davvero". Gli ho chiesto quanto era interessato a fare sesso con sua moglie. Lui mi ha guardato ed è scoppiato a ridere.

Ho conosciuto il mio ragazzo online e, come molte persone che scegliendo i criteri di ricerca hanno in mente il matrimonio, cercavo un partner con capacità intellett-



VU/PHOTOMASI

tuali, esperienze e interessi simili ai miei. Ne ho parlato con Betsey Stevenson, una nota economista che studia i rapporti interpersonali. Le ho chiesto cosa pensa di questa ricerca della somiglianza. Lei mi ha risposto che vivere la vita con un proprio pari è un cambiamento positivo: “Un tempo tu vivevi la tua vita in un modo e lui in un altro. Quando i partner sono su un piano di parità, si ha più la sensazione di essere anime gemelle”.

### Copioni sessuali

A livello emotivo, “anime gemelle” suona magnificamente. Ma quando è in gioco il desiderio sessuale, la biologia sembra preferire la differenza. Helen Fisher, per esempio, mi ha ricordato il famoso esperimento della “maglietta sudata” condotto nel 1995 dal ricercatore svizzero Claus Wedekind. Lo studioso aveva chiesto alle donne di annusare le magliette non lavate di diversi uomini e di individuare l’odore da cui si sentivano più attratte. La maggior parte aveva scelto le magliette di uomini con geni completamente diversi dai propri in una certa parte del sistema immunitario. Altri studi hanno prodotto gli stessi risultati. Presumibilmente questa attrazione per la di-

versità genetica è un adattamento evolutivo per scongiurare l’incesto e migliorare le prospettive di sopravvivenza della specie. Da un esperimento successivo è emerso che donne con compagni geneticamente simili a loro in una certa parte del sistema immunitario avevano maggiori probabilità di essere infedeli, e più erano i geni che dividevano con il loro partner più si sentivano attratte da altri uomini.

Ma c’è un’eccezione importante. I risultati erano diversi quando le donne prendevano la pillola anticoncezionale, perché in questo caso rispondevano al test della maglietta scegliendo partner che avevano geni immunitari simili ed erano meno “diversi”. Uno studio suggeriva perfino che quando “una donna sceglie un partner mentre prende la pillola e poi smette di prenderla per avere un figlio, le sue preferenze indotte dagli ormoni cambiano, e può accorgersi di aver sposato l’uomo sbagliato”.

Ovviamente non siamo condizionati solo dalla biologia. In passato sicuramente esistevano anche altri fattori culturali che ci spingevano a scegliere la differenza. Fino a tempi recenti, dice Stephanie Coontz, “l’idea era che ciascuno di noi è solo metà persona e che si poteva essere completi solo

trovando la metà opposta. Uomini e donne imparavano a essere attratti da qualcuno che faceva, aveva ed era tutto il contrario di loro”. Ma ora che uomini e donne fanno, hanno e sono molto di quello che un tempo cercavano nel loro compagno, secondo Pepper Schwartz il risultato può essere qualcosa di più fraterno che erotico. La sua ricerca suggerisce che troppa somiglianza nei matrimoni paritari provoca noia e incide negativamente sulla vita sessuale. “Quando il partner è il tuo migliore amico c’è meno brivido”, dice Schwartz. “Introdurre maggiore distanza o differenza, invece del dialogo e della somiglianza, aiuta a resuscitare la passione nei rapporti stabili e a lungo termine”. Schwartz ha scoperto che anche le coppie lesbiche con un dialogo sincero e profondo fanno meno sesso.

Eppure un mio amico sposato che definisce la moglie “la sua migliore amica” mi ha detto di essere felice che la simpatia abbia la meglio sulla pulsione sessuale. “Posso camminare per strada ed essere attratto da dieci donne e aver voglia di fare sesso con loro”, sostiene, “ma questo non significa che mi renderanno felice. Non significa che vorrei vivere ogni giorno con loro. Ci saranno sempre delle contropartite”.

La contropartita del matrimonio paritario deve necessariamente essere meno desiderio sessuale? È possibile che gli attuali copioni sessuali si evolvano insieme alle nostre intese coniugali e che alla fine la somiglianza diventi sexy. Malgrado tutto, sempre più persone che si sposano preferiscono una condizione di uguaglianza per i tanti altri vantaggi che offre.

Se ogni epoca sessuale è infelice a modo suo, può darsi che le difficoltà dei matrimoni paritari smetteranno di sembrarci solo degli svantaggi per diventare... be’, come la vita, con tutti i suoi limiti e i suoi momenti esaltanti.

“È la prima volta nella storia che tentiamo l’esperimento di una sessualità radicata nell’uguaglianza e capace di durare per decenni”, sostiene Esther Perel. “È un’impresa difficile per una sola persona riuscire a essere al tempo stesso socio in affari, migliore amico e amante appassionato. C’è una parte di noi che non si sentirà mai appagata dal proprio partner. Bisogna fare i conti con questa mancanza. È un paradosso che dobbiamo accettare, non risolvere”. ♦ gc

### L’AUTRICE

**Lori Gottlieb** è una psicoterapeuta che lavora a Los Angeles. Scrive sul mensile *The Atlantic*. In Italia ha pubblicato *Sposalo!* (Vallardi 2011).