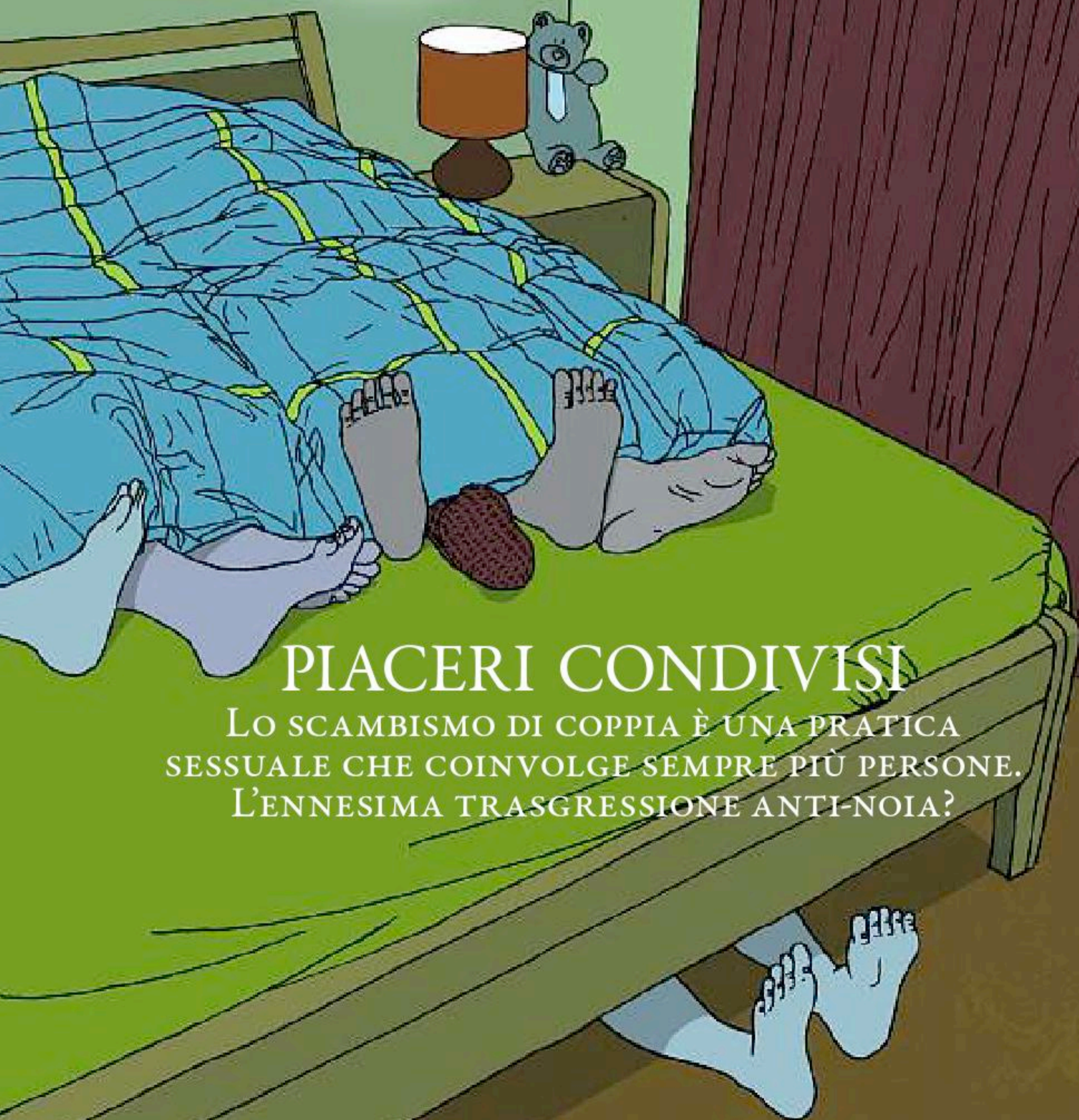


# ticino**sette**

N° 42 DEL 18 OTTOBRE 2013 · CON TELERADIO DAL 20 AL 26 OTT.



## PIACERI CONDIVISI

LO SCAMBISMO DI COPPIA È UNA PRATICA  
SESSUALE CHE COINVOLGE SEMPRE PIÙ PERSONE.  
L'ENNESIMA TRASGRESSIONE ANTI-NOIA?



# Trasgressione sotto controllo

*Scambismo. Un tempo prerogativa delle classi agiate e di culture specifiche – come per esempio quella degli inuit –, il fenomeno dello scambio di coppia ha assunto proporzioni più evidenti grazie ai media e all'ampliamento degli orizzonti legati alla sfera sessuale. Una condivisione dello spazio erotico della coppia che la diffusione di internet ha contribuito ad amplificare*

di Mariella Dal Farra; illustrazione ©Bruno Machado

**“È** raro che nell'ambito della nostra esperienza non si abbia l'impressione, almeno una volta nella vita, di essere in qualche modo un po' strani in fatto di sesso. È una sfera rispetto alla quale molti di noi nutrono, nel proprio intimo, la sensazione di essere diversi dagli altri. Nonostante costituisca una delle attività umane più private, la condotta sessuale è infatti recintata da una serie di parametri sociali fortemente radicati, parametri che sanciscono come le persone normali debbano sentire e agire in proposito. La verità, tuttavia, è che pochi fra noi possono definirsi anche solo remotamente normali sul piano sessuale. Siamo quasi tutti tormentati da sensi di colpa e nevrosi, fobie e desideri dirompenti, indifferenza e disgusto. Siamo universalmente devianti – ma solo in rapporto a un qualche deviato ideale di normalità”.

L'incipit, tratto dall'ultimo libro di Alain De Botton<sup>1</sup>, pare una premessa opportuna per parlare di un fenomeno sempre esistito ma che, al pari di altri, è stato reso più visibile e “a portata di mano” dall'infittirsi della comunicazione via web. Parliamo dello scambio di coppia, o “scambismo”, espressione che indica “una classe piuttosto ampia di comportamenti sessuali” il cui “denominatore comune può essere considerato un'attenuazione più o meno forte della monogamia della coppia”<sup>2</sup>. Questa pratica prevede infatti una condivisione dello spazio erotico della coppia, che può realizzarsi attraverso lo sguardo, il gesto o l'ascolto in situazioni strutturate (club, convention ecc.) oppure più “informali”. Fra queste ultime, una tendenza che sembrerebbe essere in crescita (difficile fornire dati certi sulla frequenza di un comportamento ritenuto trasgressivo, e quindi poco “comunicato”) è quella rappresentata dal cosiddetto *car-sex* o *car-parking-sex*: in questo caso, le coppie si ritrovano in luoghi convenuti – esistono mappe dettagliate nei siti dedicati – e, dopo alcuni cenni di riconoscimento, uno dei due partner scambia il proprio posto con il corrispettivo nell'altra automobile.

## Il fattore “gelosia”

Le declinazioni dello scambismo, talvolta definito *swinging* o anche *lifestyle*, sono a loro volta molteplici: possono prevedere combinazioni di due o più coppie, di una

coppia con un individuo (maschio o femmina), di coppie a orientamento fisso o variabile (etero/omo), con accento sugli aspetti voyeuristico-esibizionistici della dinamica (esiste addirittura un termine, *cuckold*, per indicare la persona che trae piacere dal guardare il/la proprio/a partner avere intercorsi sessuali con altri/e), con intendimento più consapevole (gli *swingers* “utopisti”) o, al contrario, più “ricreativo”<sup>3</sup>.

Per quanto riguarda la tipologia delle persone che traggono diletto dal mescolarsi fra coppie, la maggior parte della letteratura è concorde nell'affermare che gli “scambisti” differiscono dai “monogamici” solo nell'ambito del comportamento sessuale, essendo invece tendenzialmente trasversali su altri piani quali l'orientamento politico, l'estrazione socio-economica e la scolarità, anche se alcuni sostengono che tale pratica sia – o sia stata in passato – speciale appannaggio delle classi privilegiate.

Se lo “scambismo” esiste in natura (vedi, per esempio, i primati bonobi, che non a caso sono stati eletti a mascotte del “movimento”) ed è verosimilmente stato spesso praticato nel contesto di alcuni periodi storici e/o culture (per esempio, presso gli inuit, popolazione indigena delle coste artiche dell'America), sono gli aspetti motivazionali di questa condotta che affasciano maggiormente, soprattutto in riferimento alla prerogativa di esclusività che, nella nostra società, tende a caratterizzare il rapporto amoroso.

“La gelosia all'interno della coppia è una potente emozione associata all'effettiva o paventata minaccia di perdita della relazione a causa di un/una rivale, e alla relativa deflessione di auto-stima che ne deriva”<sup>4</sup>. Sorprende quindi scoprire che le tre principali ragioni addotte dalle persone che praticano questa attività sono: (a) la varietà di partner ed esperienze sessuali; (b) il piacere e l'eccitazione derivanti dal mettere in atto un comportamento trasgressivo; (c) l'eccitazione derivante dal guardare il/la propria partner fare sesso con qualcun altro<sup>5</sup>. Ora, poiché nella maggior parte delle società la gelosia è considerata una risposta accettabile e attesa a fronte di un'attività sessuale extra-diadica del partner, la domanda è: come fanno le coppie di scambisti a controllare questo sentimento?





### Fissare i limiti

Un interessante studio britannico del 2007<sup>6</sup> ha analizzato la modulazione del sentimento di gelosia in quattro coppie eterosessuali che praticano lo scambismo, rilevando come *“tutte e quattro le coppie enfatizzano il bisogno di stabilire dei confini che consentono loro di godere di quest’attività senza ripercussioni negative sul piano emotivo. Queste coppie tracciano una netta demarcazione fra onestà/fedeltà e inganno/infedeltà, e considerano la fedeltà sentimentale, la sincerità e la lealtà più importanti dell’esclusività sessuale”*<sup>7</sup>. Coerentemente, tutti i soggetti presi in esame sottolineano la centralità della comunicazione nella dinamica di coppia, lasciando intendere come l’inclusione di partner esterni non venga vissuta come tradimento fin tanto che è condivisa (indifferentemente attraverso l’atto o il racconto dello stesso). Così, in maniera forse solo apparentemente paradossale, una coppia afferma: *“Amy: [...] Se un giorno tornassi a casa e mi sorprendessi a letto con qualcuno che non è uno swinger, tu...; Adam: Lo ucciderei! [...] Ma quando ne fantastichiamo insieme, allora è eccitante”*<sup>8</sup>. In altri termini, l’intimità emotiva sembra sostituirsi, sul piano psicologico, a quella fisica; ed è la prima a causare gelosia, non la seconda.

In particolare, per le donne, l’importanza dell’identità di coppia è strategica nella gestione dei sentimenti di rivalità: *“Lo stabilire regole e confini consente un grado di libertà maggiore. Come in ogni avventura o gioco creativo, le regole forniscono il supporto necessario al perseguimento del divertimento all’interno di esse”*<sup>9</sup>. Presso gli uomini, questa stessa emozione sembra essere parzialmente disinnescata dalla constatazione che *“la gelosia e la fantasia possono combinarsi per aumentare l’eccitazione sessuale”*, tanto che *“alcune intervistate hanno ammesso di giocare sull’associazione gelosia-eccitazione [...] per stuzzicare i propri compagni”*<sup>10</sup>. Entrambe queste modalità – l’orchestrazione delle regole e la trasformazione della gelosia in un’emozione sessualmente eccitante attraverso la sua condivisione – costituiscono strategie comunicative che possono rivelarsi utili anche presso le coppie “ortodosse”.

*“Ricerche nell’ambito delle coppie sposate indicano come la comunicazione sia predittiva della soddisfazione sessuale, e tanto la comunicazione quanto il soddisfacimento erotico determinano il grado di soddisfazione coniugale (Litzinger & Gordon, 2005). In questo studio [...], la soddisfazione relazionale si configura come un*

*prodotto di soddisfacimento erotico e comunicazione interpersonale. È quindi probabile che alcune strategie di negoziazione usate dalle coppie scambiste possano essere proficuamente adattate e mutate dalle coppie non scambiste”*<sup>11</sup>. L’importante, a quanto pare, è poterne parlare...

### note

- <sup>1</sup> Alain De Botton, *Come pensare (di più) il sesso (How to Think More About Sex, 2012)*, Guanda, 2012 (traduzione libera).
- <sup>2</sup> <http://it.wikipedia.org/wiki/Scambismo>
- <sup>3</sup> Symonds (1971), cit. in “Swinging: in retrospect” di Betty Fang, *The Journal of Sex Research*, vol. 12, n. 3, pp. 220–237, agosto 1976, pag. 228.
- <sup>4</sup> Richard de Visser e Dee McDonald, “Swings and roundabouts: Management of jealousy in heterosexual “swinging” couples”, *British Journal of Social Psychology* (2007), n. 46, pag. 460.
- <sup>5</sup> Jenks, 1998, cit. in *Ibidem*
- <sup>6</sup> R. d. Visser, D. McDonald, art. cit.
- <sup>7</sup> Art. cit., pag. 467.
- <sup>8</sup> *Ibidem*
- <sup>9</sup> Art. cit., pag. 471.
- <sup>10</sup> *Ibidem*
- <sup>11</sup> Art. cit., pag. 472.