

## Disfunzione erettile: quando l'impotenza nasce dall'ansia da prestazione

**Autore:** francesca

**Data:** 10 Maggio 2013



Durante la fase dell'eccitazione, si può riscontrare nell'uomo, il disturbo di **disfunzione erettiva** (comunemente noto col nome di "impotenza"). Nella valutazione sessuologica del disturbo va accertata innanzitutto l'assenza di un eventuale danno organico caratterizzante l'**impotenza congenita**, quella per cui in nessun momento della sua vita il paziente ha sperimentato l'**erezione**. Il disturbo di [disfunzione erettile](#), quando non è l'effetto diretto dell'assenza di **desiderio sessuale**, trae origine dall'[ansia sessuale](#) (di prestazione) che motiva il paziente ad evitare l'attività sessuale sconvolgendogli la reazione erettiva tanto da far rifluire il sangue dal pene e ridurre l'erezione, che dipende dalla componente parasimpatica del sistema nervoso autonomo, inibita dalla reazione d'ansia.

L'**ansia da prestazione**, molto diffusa nel nostro sistema di vita, può essere conseguenza di varie cause. Quella che appare oggi più frequente fa riferimento agli eccessi della **emancipazione femminile** per cui la donna chiede esplicitamente e direttamente (spesso indirettamente) al partner la prestazione sessuale di cui ritiene aver diritto. Tali richieste perentorie provocano nel maschio,

più vulnerabile e più sensibile al giudizio femminile, la mancanza di erezione. In particolare il sentirsi pressato da aspettative esigenti e richieste considerate difficili da rifiutare, per non “fare brutte figure” porta alla **mortificazione dei riflessi sessuali**, autonomi ed incontrollabili, dell'eccitazione nello stesso modo in cui ad esempio nel bambino si origina una stitichezza cronica da pretese genitoriali di defecazione a comando o in situazioni di percepita pressione a defecare.

Percezioni di pressione si associano ai seguenti atteggiamenti ed opinioni spesso presenti nelle persone che soffrono di **mancata erezione**: l'idea che la prestazione sia più importante del piacere, l'idea che le donne valorizzino la prestazione di più delle espressioni di affetto, l'idea che il sesso ed i rapporti sessuali coincidano; l'idea che il sesso richieda necessariamente una erezione (come se l'esperienza sessuale si riducesse al 'dovere', o obbligo, di prestazione, con ciò escludendo ogni forma di godimento personale del piacere) ed infine l'idea che l'uomo debba sempre provare desiderio sessuale ed essere disponibile per qualunque esperienza sessuale, come una macchinetta, anche quando le condizioni non sono favorevoli a lui (mancanza di sentimenti di attrazione, ansia, stanchezza, ambiente riservato, mancanza di stimolazione efficace).

Significative sono le **esperienze delle prime volte** o anche esperienze sessuali vissute come traumatiche per “apprendere” a non avere erezione quando c'è bisogno. Infatti una **disfunzione erettile sperimentata**, anche modo transitorio e casuale, viene mantenuta dalla paura che l'insuccesso sessuale possa ripetersi così che il maschio focalizza ogni volta la sua attenzione allo stato della sua erezione, anziché abbandonarsi liberamente alle sensazioni di piacere, il che assicura l'avverarsi... della profezia. Tale condizione può associarsi al timore di un eventuale rifiuto o abbandono da parte della partner. Per altro il timore che l'erezione possa essere perduta per sempre, compromettendo pure aspettative di una vita insieme al partner, assume proporzioni paniche in persone sensibili al successo sociale il cui comportamento si caratterizza dal bisogno di eccellere e di competere.

[Professor Paolo Zucconi, psicoterapeuta e sessuologo clinico comportamentale, psicologo legale a Udine](#)

---

Riferimento articolo: <https://www.donnaclick.it/salute-donna/disfunzione-erettile-quando-impotenza-nasce-dallansia-da-prestazione/>

Generato il 24/05/2025