

## **Sesso fa felici, se pensiamo di farlo piu' degli amici**

### **Stili di vita**

Inviato da : Pina Callo

Pubblicato il : 30/12/2023 7:10:00



**Fare sesso rende felici, soprattutto se pensiamo di farlo piu' spesso degli amici e di chi ci circonda. Le 'gioie del talamo', dunque, sono portatrici di un ancora maggiore senso di benessere e soddisfazione se si ha la percezione di essere piu' 'attivi' degli altri su questo fronte.**



Colorado Boulder, pubblicato su Social Indicators Research, che ha analizzato le risposte di un campione di 15.386 individui dal 1993 al 2006 nell'ambito della ricerca annuale statunitense General Social Survey sulla demografia e le attitudini della popolazione.

La prova arriva da uno studio del sociologo Tim Wadsworth della University of

Cio' che emerge e' che se il sesso rende felici tout court, con livelli di soddisfazione maggiori di oltre il 50% per chi ha una vita sessuale attiva e regolare, il senso di felicita' aumenta o diminuisce per effetto del paragone con gli altri: chi infatti dichiara di fare sesso due-tre volte al mese ma pensa che i suoi amici lo facciano ogni settimana, ha una probabilita' minore del 14% di riportare un alto livello di felicita'.

Insomma, la felicita' a letto non dipende solo da noi stessi e dal partner, ma anche da cio' che noi pensiamo degli altri e della loro vita sessuale. Quanto sesso fare, dunque, per essere al top della felicita'? La 'misura' giusta non esiste, ma il nuovo studio indica che l'importante e' che il sesso che facciamo sia, comunque, piu' di quello che fanno gli altri.

La ragione psicologica di cio' varia, pero', da uomo a donna. "Per gli uomini - sottolinea Paola Vinciguerra, psicoterapeuta e presidente dell'Associazione Europea Disturbi da Attacchi di Panico (Eurodap) - fare sesso di piu' rispetto agli amici diventa un atteggiamento di comparazione ed equivale al dire 'sono piu' maschio, piu' forte, funzione meglio', proprio perche' spesso gli uomini identificano il proprio se attraverso l'attivita' sessuale". Per le donne, invece, afferma, "sapere di fare piu' sesso rispetto alle amiche e' una rassicurazione.

La donna si sente desiderata attraverso il rapporto sessuale, e dunque piu' forte e senz'altro piu' felice". Anche se, conclude l'esperta, resta una differenza di fondo: "Per le donne, l'attivita' sessuale non e' centrale di per se' e cio' che da' maggior sicurezza e', invece, l'essere cercate e volute".

A