

Costituirebbero almeno l'uno per cento della popolazione, ma nessuna etichetta pare essere in grado di delinearne il profilo e i comportamenti sociali.

Come vivono la loro sessualità coloro che non provano attrazione verso l'universo maschile ma nemmeno verso quello femminile?

## Essere asessuali in una società sessualizzata



La sfera della sessualità umana è, fra tutti gli ambiti esistenziali, quella nella quale risulta più difficile mentire. Perché per accedervi è necessario mettersi, materialmente e metaforicamente, a nudo. O almeno in parte. In questo risiede probabilmente il fascino e l'attrattiva che la dimensione erotica esercita su di noi e la tendenza a strumentalizzarne la valenza per stigmatizzare o discriminare le persone.

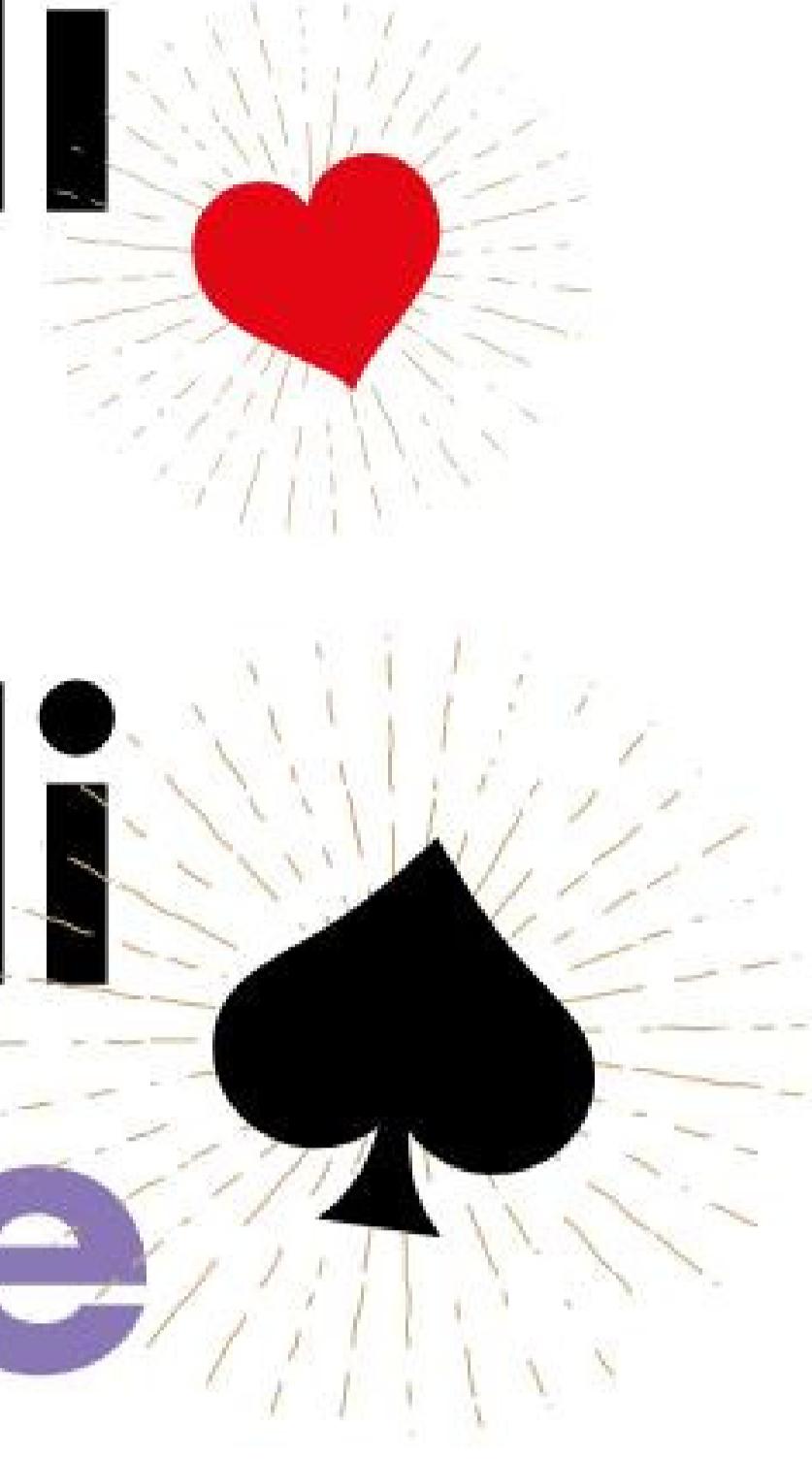
Nell'articolato universo costituito dalla comunità LGBTQ+ il "+" si riferisce all'inclusione di orientamenti e/o generi sessuali diversi da quelli presenti nell'acronimo (ovvero Lesbica, Gay, Bisessuale, Transgender, Queer). Quel "+" significa cioè che "c'è di più". Come attestato dal Rapporto Kinsey, la prima indagine scientifica condotta sull'argomento, già nel 1948 l'orientamento affettivo e sessuale tende infatti a distribuirsi lungo dimensioni continue piuttosto che a segregarsi in rigide dicotomie non comunicanti fra loro. L'autore esemplifica questo concetto attraverso un gradiente di orientamento - la famosa Scala Kinsey - compreso fra "0" (zero, ovvero esclusivamente eterosessuale) e "6" (esclusivamente omosessuale), contemplando dunque cinque gradi intermedi il cui punto di mezzo è rappresentato dalla bisessualità. In un secondo momento, Kinsey aggiunse a questo continuum una categoria supplementare, indicata come "X", riservata alle persone che nel corso dell'intervista non riferivano alcun "contatto o reazione di tipo socio-sessuale": anche se non ancora definito come tale, questa è la prima volta in cui si fa riferimento all'esistenza di un orientamento "asesuale".

### Orientamenti invisibili

Nei successivi cinquant'anni l'asesualità è stata medicalizzata, ignorata e/o invalidata, a seconda dei contesti. Solo in tempi più recenti la sua specificità è stata riconosciuta e rivendicata. Ma in cosa consiste esattamente quello che talvolta viene chiamato "l'orientamento invisibile"? Partiamo dai numeri:



# Assi di cuori Assi di picche



secondo diverse stime, l'asesualità interessa circa l'1% della popolazione; le donne sono più numerose degli uomini, e diversi studi indicano anche che una percentuale significativa di persone asessuali si riconosce a vario titolo nella comunità LGBTQ+. Gli e le "Asex" - o "Ace", poiché l'asso è un simbolo della categoria - tendono a non provare attrazione sessuale, sfidando così i paradigmi culturali che nella nostra società definiscono l'amore e le relazioni. Detto in altro modo, gli individui asessuali sperimentano l'intimità e l'appagamento emotivo attraverso relazioni d'amicizia, ed eventualmente d'amore, in assenza totale o parziale di condivisione sessuale, mettendo dunque in discussione il principio secondo il quale l'amore romantico sia per forza, o per tutti, preferibile a quello platonico (Scherrer, K. S., "Coming to an asexual identity: Negotiating identity, negotiating desire", *Sexualities*, 2008). Tuttavia, parlare di asessualità significa fare riferimento a un universo composito che, come tutto ciò che concerne l'ambito erotico, presenta innumerevoli sfumature.

**Di desideri, attrazioni e confronti**  
L'identità asessuale tende a definirsi in relazione a due parametri: il primo è quello del desiderio sessuale e spazia dalla completa assenza di attrazione - o, in alcuni casi, da un senso di repulsione ("asexual" e/o "sex-repulsed") - alle persone che sperimentano desiderio sessuale solo dopo avere instaurato una relazione sentimentale ("demisexual"), fino a coloro che si situano in una "zona grigia" fra l'asesualità e alcune forme di attrazione ("grey-a"). È importante sottolineare che l'attrazione sessuale che si prova, o meno, nei confronti di altre persone è cosa diversa dalla "libido", ovvero dalla pulsione sessuale in sé. Significativamente, molte persone asessuali affermano di avere una libido "normale" ma la sperimentano come un'istanza di tipo puramente fisico ("A volte mi eccito, ma è soltanto il mio corpo..."); analogamente, la masturbazione è pratica comune, anche presso gli asessuali che si descrivono come caratterizzati da un "basso livello libidico" (Van Houdenhove et al., "Stories about asexuality: A qualitative study on asexual women", *Journal of sex & marital therapy*, 2015). Inoltre, se non sono "sex-repulsed", gli e le asessuali possono fare sesso con i propri partner non-asessuali, seppure senza provare un particolare interesse per la cosa. Per contro, le coppie asessuali descrivono i vantaggi del non doversi confrontare con "la confusione e il disordine comportato dall'avere un rapporto sessuale" ed esprimono apprezzamento per la possibilità di stare nudi e fisicamente vicini senza sentirsi obbligati a fare l'amore (Brotto L. et al., "Asexuality: A Mixed Methods Approach", *Archive of Sexual Behaviour*, 2010).

La linea del desiderio interseca infatti quella dell'attrazione romantica, il cui gradiente è sia quantitativo (da "romantico", se una relazione è considerata desiderabile, ad "aromantico", se non si prova attrazione sentimentale) che qualitativo, nel senso che definisce l'oggetto d'amore e, quindi, l'orientamento della persona ("omoromantico", "biromantico", "eteroromantico" ecc.). Il numero di combinazioni che ne scaturisce è pressoché infinito così che una persona asessuale può identificarsi come "eteroromantica gray-asexual", un'altra come "panromantica demisexual", un'altra ancora come "omoromantica sex-repulsed".

### Ma chi sono?

A differenza di quanto accade per altri orientamenti, le persone asessuali sono generalmente meno propense all'attivismo politico, soprattutto se sono eteroromantiche. Nelle parole di una ragazza intervistata: "Penso che l'asesualità sia sessuale nel senso in cui l'ateismo è una religione... Non credo che gli asessuali siano ingaggiati nelle stesse sfide comportate dal

dichiararsi omosessuale... [...] Cioè, hai comunque dei problemi, per esempio quando qualcuno s'interessa a te e tu devi spiegargli la situazione, con tutto ciò che questo comporta. Ma, per quanto ne so, nessuno è mai stato picchiato, o ucciso, o mandato in un campo di rieducazione per il solo fatto di essere asessuale" (Dawson, M. et al., "Asexual isn't who I am: the politics of asexuality", *Sociological Research Online*, University of Glasgow, 2018).

Sebbene in forma più indiretta, le persone asessuali tendono comunque a incontrare delle difficoltà nel proprio percorso d'individuazione personale. Considerato che viviamo in una società nella quale il sesso è diventato uno dei criteri impiegati per valutare la qualità di vita di una persona, nel senso che se lo fai - possibilmente tanto e "bene" - allora sei un po' più "giusto" che se non lo facessi, si comprende perché le persone che si definiscono, o più semplicemente si comportano, come asessuali, possano essere percepite come anomale o addirittura problematiche. Da una ricerca svolta nel 2011 (Carrigan, M., "There's more to life than sex? Difference and commonality within the asexual community", *Sexualities*) risulta che la maggior parte delle persone asessuali prendono coscienza della propria inclinazione attraversando diverse fasi. Dapprima, sentono di essere in qualche modo diversi dai loro coetanei: parlando della propria adolescenza, molte persone asessuali raccontano che non riuscivano a capire "che cosa ci fosse di così straordinario" e di essersi sentite escluse dall'interesse manifestato dai propri amici nei confronti del sesso. Successivamente, ciò che li faceva sentire isolati era la mancanza di anticipazione ed eccitamento che precede l'esperienza sessuale; il sesso non li aiutava a sentirsi più vicini al proprio partner, anche se aiutava i loro partner non-asessuali a sentirsi più vicini a loro (Brotto, 2010).



### Sarà mica una malattia...

Questo genera in molti casi la convinzione di essere "patologici" o in qualche modo "deficitari"; solo dopo un lavoro di elaborazione le persone si riconoscono come "legittimamente" asessuali, trovando eventualmente rispecchiamento nella comunità che li rappresenta. Fra queste, la più nota in rete è senz'altro AVEN, Asexual Visibility and Education Network. Fondata nel 2001 con il duplice scopo di promuovere il riconoscimento e l'accettazione dell'asesualità e di facilitare la crescita di una comunità asessuale, AVEN rappresenta un punto di riferimento per le persone che si interrogano sulla propria (a)sessualità, per i loro amici e familiari, per la ricerca scientifica e per la stampa. Aumentare la consapevolezza relativa all'asesualità come orientamento minoritario ma non patologico è considerato particolarmente importante in rapporto alle persone più giovani, allo scopo di prevenire processi di stigmatizzazione di sé e/o discriminazione degli altri.



## Cosa non è l'asessualità

L'asessualità non è un disturbo mentale: nonostante dal 1980 il *Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali (DSM-III)* abbia incluso nell'ambito delle disfunzioni sessuali il "disturbo del desiderio sessuale ipoattivo", caratterizzato dall'assenza di desiderio e di fantasie sessuali, tale diagnosi non è applicabile alle persone asessuali a meno che "non causi nell'individuo un disagio clinicamente significativo". Il DSM ha corretto il tiro e nella sua ultima edizione (DSM-5, 2013) specifica che "se il calo del desiderio è spiegato dall'identificazione di sé come asessuale, allora non dovrebbe essere posta una diagnosi di disturbo del desiderio sessuale ipoattivo". Analogamente, l'asessualità non costituisce un sintomo sviluppato in seguito all'esposizione a un trauma di tipo sessuale. Nella maggior parte dei casi, infatti, il

sesso non suscita nelle persone asessuali un senso di avversione ma semplicemente indifferenza. Infine, l'asessualità non va confusa con la castità e neppure con l'astinenza sessuale praticata per motivi filosofici o religiosi.

Al fine di sfatare certe false credenze, le comunità asessuali intraprendono azioni di carattere educativo quali organizzare eventi per promuovere la consapevolezza asessuale, esibire tatuaggi simbolo dell'orientamento asessuale come l'asso di cuori (se "romantici") o di picche (se "aromantici"), portare un anello con una pietra nera (altro simbolo asex), divulgare articoli sull'asessualità, monitorare e sottoporre al vaglio critico le rappresentazioni delle persone asessuali fornite dai media, organizzare occasioni d'incontro fra persone che si riconoscono in questo orientamento.



## Le Bandiere LGBTQ+

Le definizioni basate sull'identità di genere e/o sull'orientamento affettivo-sessuale non esauriscono la complessità dell'essere umano ma possono essere utili per comunicare, in primo luogo a sé stessi e poi agli altri, come ci si sente e cosa ci piace in termini affettivi e sessuali. Di seguito, una breve disamina dei termini più utilizzati:



### Asessuale

Persona che generalmente non prova attrazione sessuale. Le persone asessuali possono sperimentare eccitazione, un'attrazione di tipo romantico e anche un desiderio d'intimità, ma non sentono il bisogno di esprimere questi sentimenti in maniera fisica, sessuale. Le persone asessuali non sono 'astinenti': non si tratta di scegliere (per motivi filosofici o religiosi) di astenersi dall'avere intercorsi sessuali; semplicemente, non provano il desiderio di farlo.



### Bisexuale

Persona suscettibile di sentirsi attratta in modo affettivo e/o sessuale sia dagli uomini che dalle donne, indipendentemente dal proprio genere.



### Eterosessuale

Persona prevalentemente attratta, sul piano affettivo e/o sessuale, da individui appartenenti al genere opposto al proprio.



### Gay

O omosessuale, o lesbica nel caso delle donne: persona prevalentemente attratta, sul piano affettivo e/o sessuale, da individui appartenenti al proprio stesso genere.



### Intersessuale

Persona nata con un apparato sessuale e/o riproduttivo, o con una configurazione cromosomica che non corrisponde alle definizioni tipiche di 'maschio' o 'femmina'. Si tratta in realtà di un termine ombrello che racchiude diversi tipologie di 'Differenze dello Sviluppo Sessuale' (DSD).



### Transgender

Termine ombrello che si riferisce alle persone la cui identità di genere si differenzia dal genere sessuale che le caratterizza geneticamente. L'orientamento affettivo-sessuale delle persone transgender è soggettivo e prescinde dall'identità di genere. L'aggettivo 'transgender' comprende, fra gli altri:

Le **persone transessuali**, quelle cioè che, anche con l'ausilio d'interventi specialistici, mettono in atto una trasformazione fisica al fine di sviluppare le caratteristiche del genere a cui sentono di appartenere; se la transizione è da uomo a donna si usa l'acronimo M-to-F, se invece è da donna a uomo, F-to-M.

I **cross-dresser** definiti anche, ma con connotazione deteriore, 'travestiti': persone che esprimono il senso di appartenenza a un genere diverso da quello assegnato loro indossando capi d'abbigliamento corrispondenti, nonché assumendone l' 'habitus' in termini attitudinali.

I **gender-queer** (o 'non-binari'), ovvero le persone la cui identità di genere non è esclusivamente maschile né femminile, e che si collocano quindi al di là della dicotomia 'uomo/donna'. L'espressione di sé può presentare una combinazione di caratteri maschili e femminili, oppure di nessuno dei due.



### Queer

Aggettivo che può essere usato per riferirsi a una persona gay, donna oppure uomo, oppure bisessuale, o transgender; alcuni lo preferiscono al termine 'gay' perché più inclusivo, non contenendo specifiche relative all'identità di genere.



### Pansessuale

L'orientamento affettivo-sessuale di coloro che provano attrazione per le persone indipendentemente dal genere a cui appartengono (donna, uomo, transgender).



### Poliamore

La pratica di avere diverse relazioni affettivo-sessuali contemporaneamente in maniera dichiarata, onesta e condivisa.