I Identità e coming out

Introduzione

Per iniziare

Una delle principali differenze tra l'omofobia e le altre forme di discriminazione, come il sessismo e il razzismo, consiste nel fatto che i sentimenti omosessuali possono non essere immediatamente riconoscibili, almeno fino a quando una persona non decide di mostrarli apertamente. I sociologi chiamano questo fenomeno "stigma invisibile" in opposizione allo "stigma visibile", come il sesso o l'origine etnica di una persona. Per evitare reazioni ostili le persone LGBT si trovano spesso a dover decidere se manifestare o meno il proprio orientamento sessuale.

Per "Coming out" (letteralmente "venire fuori"), si intende lo svelamento del proprio orientamento sessuale. Il coming out è considerato parte fondamentale di un più ampio percorso durante il quale le persone LGBT imparano a gestire lo stigma sociale legato al loro orientamento sessuale; di fatto esso inizia nel momento in cui un individuo identifica chiaramente se stesso come omosessuale. Il coming out non è un processo univoco, ma dura nel tempo e varia da persona a persona. Ci sono individui che hanno fatto il coming out al lavoro, ma non con i propri familiari, altri che lo hanno fatto solo con i propri amici più intimi, altri ancora che sono apertamente omosessuali. Ovviamente è un processo molto importante, che coinvolge non solo l'individuo LGBT, ma anche le persone che gli sono attorno, costituendo per tutti anche un'opportunità di grande crescita emotiva.

Il coming out, dunque, è un percorso che parte dalla presa di coscienza di sé e dei propri sentimenti, passa attraverso l'identificazione e la soddisfazione dei propri bisogni, per giungere al confronto/incontro con l'altro e con il proprio ambiente.
Secondo il modello di Coleman, esiste una fase chiamata pre-coming-out: il bambino oltre i tre anni ha già formato la sua identità di genere e ha appreso i valori etici della famiglia e del gruppo sociale. Nella maggior parte dei casi i bambini assimilano precocemente una valutazione negativa dell'omosessualità, della bisessualità e della transessualità. Di conseguenza i bambini che scoprono le proprie inclinazioni omosessuali, bisessuali o transessuali cominciano a sperimentare vissuti di solitudine, diversità, confusione. Le emozioni che connotano questi vissuti vengono sentite come sgradevoli e rigettate attraverso vere e proprie difese psicologiche: ogni volta che un individuo nega l'esistenza dei propri sentimenti o evita di esprimerli si procura una ferita. In definitiva nel pre-coming out le persone non sono spesso nemmeno consapevoli dei loro sentimenti omosessuali, bisessuali o transessuali, non sanno definire quel che li fa soffrire o, se hanno consapevolezza di sé, questa è accompagnata da bassa autostima, vergogna, senso d'indegnità o sentita come una parte scissa della propria personalità.
Nel processo di coming-out l'individuo riconosce invece i propri sentimenti omosessuali, bisessuali o transessuali. Le proprie emozioni, i bisogni e le fantasie le collega a se stesso e le accetta pur non avendo una chiara comprensione di ciò che significano e pur non riconoscendosi pienamente negli stereotipi o immagini sociali dell'omosessualità, della bisessualità e della transessualità. Pian piano nel tempo si sente il bisogno di comunicare questo vissuto ad altre persone che si ritengono importanti nella propria vita. Questo è un momento molto delicato, in cui si possono sperimentare sia la gioia dell'accettazione che la ferita del rifiuto degli altri.
Si può immaginare quindi come per le persone LGBT il coming out non sia una decisione che si prende in un momento dato ed in modo definitivo, ma piuttosto un continuo processo decisionale da sviluppare di volta in volta, a partire dal momento in cui una persona, spesso adolescente, accetta i propri sentimenti omosessuali (e/o bisessuali). Da questo momento in poi, egli dovrà decidere tutte le volte che incontrerà una persona "che non sa" se uscire allo scoperto (effettuare il coming out, appunto) o meno.

Informazioni di base

La pubertà è un momento cruciale per lo sviluppo di un essere umano. Quando gli adolescenti eterosessuali iniziano a sperimentare la loro sessualità e i primi sentimenti romantici per l'altro sesso, gli adolescenti omosessuali si sentono tagliati fuori da questa esperienza piena di fascino. La pressione sociale rispetto ai ruoli di genere è molto forte e le persone la cui identità sessuale non corrisponde al modello proposto hanno l'impressione di non aver un posto nel mondo, sviluppando un senso di solitudine, confusione, "anormalità" che, talvolta, può portare persino al suicidio.

Nella pubertà, le persone LGBT sono costrette, per il senso di impotenza generato da questa situazione, a scegliere tra una doppia vita (eterosessuale in pubblico e omosessuale/bisessuale/trans in privato) o un coming out pubblico.

Il processo del coming out è influenzato da una serie di variabili: il sesso, il gruppo etnico, l'ambiente (urbano o rurale) in cui si vive, i valori e gli atteggiamenti della società, le caratteristiche individuali, le proprie capacità fisiche. Anche il modo in cui maschi e femmine vengono socializzati ai ruoli di genere tradizionali ha un'influenza sul coming out. Molti psicologi hanno verificato che le ragazze scoprono il loro orientamento omosessuale dopo un periodo in cui hanno sperimentato un'attrazione 'sentimentale' o 'romantica' con altre ragazze, mentre i ragazzi dopo la scoperta di attrazioni sessuali per altri ragazzi o dopo concrete esperienze sessuali.

Non esistono modelli di ruolo per lesbiche, gay, bisessualie e transessuali. Per i migranti questo problema assume una connotazione ulteriore. Di fatto non esistono personaggi pubblici provenienti dalle minoranze etniche che dichiarano apertamente la loro omosessualità, bisessualità o transessualità con i quali i giovani possano identificarsi. La mancanza di modelli di ruolo contribuisce al senso di isolamento e di bassa auto-stima delle persone LGBT. Essere lesbiche, gay, bisessuali o transessuali e, contemporaneamente, far parte di una minoranza etnica significa avere una condizione sociale minoritaria multipla. Una lesbica nera ad esempio deve lottare contro l'influenza del razzismo, del sessismo e dell'eterosessismo.

Tuttavia, esiste una differenza tra lo stato di minorità legato al proprio orientamento sessuale e quello legato alla propria origine etnica. Le ragazze e i ragazzi LGBT nascono e crescono in famiglie che non hanno previsto il loro orientamento sessuale e spesso reagiscono ad esso con sentimenti negativi di paura, disgusto, odio, senso di colpa. In effetti, i genitori di ragazzi e ragazze LGBT vivono la perdita dell'immagine eterosessuale del loro figlio come se fosse una sorta di lutto. Al contrario, un ragazzo o una ragazza appartenente a una minoranza etnica cresce in una famiglia che, probabilmente, mostra un orgoglio marcato per il proprio background culturale e dunque sostiene e rafforza l'identità del figlio.

Che cosa significa per me?

Il coming out deve essere una scelta personale e rappresenta un processo continuo. Per questo motivo, è importante trattare con rispetto le decisioni dei ragazzi. Al fine di fornire un supporto adeguato, sarebbe preferibile creare una relazione di fiducia e un'atmosfera empatica nella quale gli adolescenti possano parlare liberamente dei loro bisogni. Essi dovrebbero essere sostenuti e aiutati a gestire i loro sentimenti e a costruire la propria identità.

Un suggerimento importante è quello di rispettare le emozioni degli adolescenti e accettarle per quelle che sono. È bene che coloro che si occupano della salute e del benessere psicofisico dei giovani e gli insegnanti accettino le definizioni di sé del ragazzo senza metterle in discussione. Ricordate che esistono persone che hanno rapporti sessuali con altre dello stesso sesso ma che non si definiscono omosessuali, bisessuali. È rilevante perciò comprendere quello che i ragazzi intendono quando si auto-descrivono.

Educazione
(per gli insegnanti)

Tenete a mente

- Cosa pensate degli studenti che in classe dichiarano il loro orientamento sessuale? Ritenete che sia importante per i ragazzi LGBT? E per gli altri? Temete questa situazione? Avreste una reazione positiva?
  Un adolescente non dovrebbe essere costretto a rivelare pubblicamente il proprio orientamento sessuale in classe. Deve essere una decisione del giovane poiché questo cambierà significativamente la sua vita. Tenete conto delle difficoltà che le persone provenienti da diversi background culturali devono affrontare durante il processo del coming out.
- In che modo pensate potrebbero reagire i vostri studenti al coming out di un compagno di classe? Come sarebbe l'atmosfera in classe? Uno studente LGBT oserebbe mostrare apertamente la propria omosessualità, bisessualità, transessualità?
- Se siete dell'opinione che il coming out, in linea di principio, non sia più un problema nel vostro ambiente, sareste in grado di identificare il 5-10% di studenti gay, lesbiche, bisessuali e trans della vostra scuola?
- Potete immaginare il motivo per cui i vostri studenti potrebbero reagire negativamente a questo tema?

Ricordate che i ragazzi sono impegnati a costruire la propria identità e probabilmente si sentono disturbati dal confronto con qualcuno che non segue le regole della maggioranza: questo mette, implicitamente, in discussione la direzione in cui si stanno sviluppando.

Educazione - Domande ricorrenti

Può essere utile leggere anche le domande presenti nel paragrafo Salute e benessere psicofisico.

Come fa un adolescente a capire di essere lesbica, gay, bisessuale o transessuale?

La maggior parte dei gay, delle lesbiche, dei bisessuali e dei transessuali se ne rende conto nello stesso modo in cui i ragazzi eterosessuali capiscono che i loro sentimenti e i loro desideri sessuali sono diretti verso l'altro sesso. Questo processo inizia prima di quanto si potrebbe pensare, all'incirca all'inizio della pubertà.
Dato che il loro orientamento sessuale è socialmente stigmatizzato può essere necessario un tempo più lungo per riconoscere i sentimenti omosessuali o transessuali, soprattutto quando vengono repressi.

Come reagisce l'ambiente al coming out di una persona?

Non c'è un'unica risposta a questa domanda, poiché ogni situazione può essere molto diversa dalle altre. Se alcuni ragazzi LGBT pensano che l'omosessualità, la bisessualità e la transessualità siano qualcosa di cui vergognarsi è molto probabile che abbiano interiorizzato l'omofobia e la transfobia che circola consapevolmente o inconsapevolmente nella loro famiglia o nel loro ambiente. In questo caso è possibile che il suo coming out incontrerà reazioni ostili. Al contrario, se una persona è aperta e si sente a proprio agio nella sua condizione

Educazione - Strumenti

Il gioco io sì/io no

Obiettivo: esplorare come ci si sente in qualità di appartenente a una minoranza.
Metodo: occorre preparare una lista di domande che chiedono "chi" si comporta in un certo modo (per esempio: chi ha fumato almeno una volta nella vita? Chi ha preso l'autobus senza pagare? Chi ha baciato una ragazza o una donna? Chi ha baciato un uomo? Chi entrerebbe in un locale per lesbiche? Chi andrebbe in un night club gay? E altre domande riguardanti i temi dell'amore, delle relazioni e della sessualità). I partecipanti camminano nella stanza mentre vengono poste queste domande. Due zone opposte della classe sono distinte dalle possibili risposte "Io sì", "Io no". Non è prevista una risposta intermedia. Si spiega ai partecipanti prima dell'esercizio di rispondere alle domande scegliendo un lato della stanza, quindi si invitano i ragazzi a stare in silenzio e a non fare commenti durante l'esecuzione. L'esercizio ha come scopo principale quello di osservare la situazione determinata dalle risposte a una specifica domanda e come le persone si distribuiscono nella stanza. Dopo ciascuna domanda i partecipanti devono dividersi in due gruppi: da un lato quelli che rispondono "Io sì" e sul lato opposto quelli che rispondono "Io no". Ogni partecipante fa delle considerazioni sul quadro d'insieme, osserva chi si trova sull'altro lato e chi sta nel suo e presta attenzione a ciò che prova. In seguito tutti camminano nella stanza fino a che non viene posta la domanda successiva. Una nota importante: deve essere permesso agli studenti di mentire, vale a dire che nessuno deve essere costretto a dire la verità nel rispondere a una domanda. Alla fine bisognerebbe chiedere: "Chi ha detto una bugia almeno una volta nel rispondere?". Le domande dovrebbero essere seguite da una discussione di gruppo sulle emozioni dei partecipanti e sulle eventuali sensazioni di sorpresa provate in qualche momento dell'esercizio.
Notate che: in questo gioco i ragazzi possono sperimentare la situazione di quelle lesbiche, quei gay, quei bisessuali e quei transessuali che devono nascondere una parte significativa della loro vita. È importante che l'insegnante giochi insieme a loro rispondendo alle domande, muovendosi da un lato all'altro della classe. L'insegnante dovrebbe concludere rispondendo all'ultima domanda: "Chi non ha detto la verità almeno una volta durante questo gioco?" dicendo: "Io", altrimenti la maggior parte dei ragazzi non oserebbe dichiarare di aver mentito.

presumibilmente è cresciuta in un ambiente più accogliente, che le ha permesso di interiorizzare un'immagine positiva di sé e degli altri. Di conseguenza è più probabile che l'ambiente stesso risponda in maniera più positiva anche al coming out.
Paradossalmente chi ha più bisogno di aiuto ne trova meno nelle persone che gli sono più vicine affettivamente e nel quotidiano.

Perché si è gay, lesbiche, etero, bisessuali o transessuali?

Ad oggi, non esiste una risposta scientifica a questa domanda. La spiegazione che gode del maggiore credito è quella che spiega l'orientamento sessuale come risultato di una complessa interazione tra fattori biologici, psicologici, sociali e culturali.

Come mi dovrei comportare nei confronti di un ragazzo che dichiara la propria omosessualità, bisessualità o transessualità in classe?

Accade raramente che uno studente riveli la propria omosessualità, bisessualità o transessualità in classe. Nel caso in cui ciò si verifichi, sarebbe opportuno parlarne il più sinceramente possibile di fronte alla classe, previo consenso dello studente in questione.
Nel discutere il tema in classe non vi riferite direttamente al ragazzo che ha dichiarato la propria omosessualità, bisessualità o transessualità, ma parlate in termini generali. Ampliare la conoscenza dei ragazzi sui gay, le lesbiche, i bisessuali e i transessuali è utile per contrastare la loro esclusione.

Nella famiglia

Obiettivo: illustrare le dinamiche di crisi che intercorrono durante lo svelamento dell'omosessualità, della bisessualità e della transessualità ai genitori o ad un familiare.
Metodo: gli studenti sono invitati a discutere i maggiori problemi che incontrano con i propri genitori (difficoltà, disaccordi ecc..), le modalità di gestione del disaccordo da parte di entrambi e le reazioni emotive connesse nelle circostanze in cui le aspettative dei genitori e quelle dei figli non corrispondono. Gli allievi discutono delle possibili reazioni familiari alla scoperta dell'omosessualità, della bisessualità e della transessualità della figlia o del figlio. Può essere di ausilio la proiezione del videoclip musicale "Smalltown boy" dei Bronsky Beat (1983). In un "role playing" una ragazza viene chiamata ad interpretare la parte di una studentessa che scopre che la sorella è lesbica durante l'intervallo a scuola ed è indecisa se riferirlo ai genitori. Si analizzano le reazioni e i temi emersi.
Notate che: se la discussione risulta troppo caotica, si possono formare piccoli gruppi ognuno dei quali avrà un portavoce.
Durante la discussione fate attenzione che i ragazzi non si focalizzino su giudizi di valore, su cosa è giusto e cosa è sbagliato, e favorite l'espressione delle emozioni emerse in relazione alle tematiche trattate con domande del tipo: "cosa provi mentre affermi questo?"

Immaginiamo che...

Obiettivo: capire il motivo per cui il processo del coming out può essere molto difficile per lesbiche, gay, bisessuali e transessuali
Metodo: gli allievi si dividono in piccoli gruppi omogenei per sesso. In gruppo devono immaginare come cambierebbe la loro vita se fossero gay, lesbiche, bisessuali o transessuali. Concedete tempo ai gruppi per riflettere su questo. Come si comporterebbero? Come reagirebbero i loro amici? Ipotizzano reazioni positive o negative? Perché?
Notate che: questo esercizio può essere imbarazzante per gli allievi LGBT, soprattutto se non hanno dichiarato il loro orientamento sessuale. Dovrà quindi essere proposto con cautela. Se qualcuno ha difficoltà a immaginare di essere gay, potete suggerire di immaginare che la maggior parte di loro è omosessuale e solo poche persone sono eterosessuali. Cosa proverebbero quei pochi?
Suggerimenti alternativi: fate leggere agli studenti un pezzo tratto dall'autobiografia di un autore gay, lesbica, bisessuale o transessuale. *(vedi Appendice nel Manuale Crossing Diversity)*

Salute e benessere psicofisico
(per gli operatori psico-socio sanitari)

Tenete a mente

- Cosa pensate degli effetti della discriminazione su un adolescente LGBT? Cosa significa avere desideri omoerotici nella cultura giovanile?
- Cosa ne pensate dell'orientamento sessuale? Il termine 'orientamento', secondo voi, ha lo stesso significato di 'preferenza', 'identità', 'classificazione' o 'comportamento' o normalmente fate una differenziazione tra questi aspetti?
- Osservate voi stessi la prossima volta che parlerete di omosessualità, bisessualità e transessualità. Tendete ad evitare l'utilizzo del termine omosessuale, bisessuale, transessuale, gay, lesbica o trans? Quanto mescolate i termini sopra menzionati e quanto badate al loro utilizzo preciso?
- Come vi porreste, per esempio, di fronte ad un ragazzo o ad una ragazza che hanno rapporti sessuali con persone dello stesso sesso ma che si dichiarano eterosessuali? Li considerereste persone omosessuali che non si accettano o solo giovani alla ricerca della propria identità?
- Chi si occupa della salute e del benessere psicofisico dei giovani conosce i problemi con cui si confrontano gli adolescenti nella cultura occidentale, ma quali sono i problemi che deve affrontare un adolescente LGBT appartenente a una minoranza etnica?
- Qual è il vostro atteggiamento verso il processo del coming out? Lo considerate importante? Come vi comportate con un adolescente LGBT che ha paura di uscire allo scoperto?

UNA STORIA...

Perché Mark aveva parlato a Jan dell'esistenza di una squadra?
Jan lo faceva sentire confuso, sarebbe stato meglio se non fosse mai venuto ad Amsterdam. All'inizio Mark era proprio contento di avere finalmente in classe un altro nuotatore entusiasta e di talento, di non essere l'unico. Presto, tuttavia, aveva cambiato idea.
Una sera due tipi si aggiravano con apparente noncuranza sul terreno intorno alla sua casa: lo stavano aspettando naturalmente. Ormai da giorni lo seguivano gridandogli dietro degli insulti. Farò semplicemente finta che non ci siano, pensò.
Attraversò la strada, apparentemente indifferente alle loro provocazioni e si diresse dritto verso la porta di casa. Peter stava sulla sua traiettoria con un ghigno perfido. Mark trattenne il respiro, non vedeva Peter e, all'improvviso, lo urtò.
"Hey tu, maledetto finocchio, non penserai che mi lasci tastare da uno della tua specie in questo modo!" ghignò sprezzante Peter, facendo un passo in avanti verso Mark.
"Chiudi il becco, dannazione!" gridò Mark. Peter e Freek indietreggiarono sconcertati. In neanche due secondi Mark girò la chiave nella toppa e aprì la porta sbattendola con furia dietro di sé.
"Mark, che c'è che non va? Tuo padre sta cercando di riposare! Ha fatto il turno."
Mark non degnava la madre di uno sguardo.
Il mondo intero potrebbe lasciarmi in pace?
"Mark, sto parlando con te." La mamma lo prese per la manica.
"Che cosa ne sai tu? È splendido vivere in questa merda di posto!" le ringhiò con i denti serrati. Si svincolò rapidamente con uno strattone e si precipitò in camera.
Devo pensare a qualcos'altro. Devo fare i compiti di matematica o magari telefonare a Mareike. Irene ancora pensa che mi trovi simpatico. Bene…
Fissò il telefono, compose il numero di Mareike, ma, sentita la sua voce, riattaccò subito. Ritornò velocemente alla porta e la chiuse a chiave dall'interno. Davanti a sé vedeva Jan che gli sorrideva e che lo abbracciava alla fine della partita. Un bacio a destra, un bacio a sinistra: tutti si salutano in quel modo. Solo che il cuore di Mark iniziava a battere come un matto, tutto il suo corpo era come elettrizzato quando sentiva quello di Jan così vicino al suo. Devo essere impazzito completamente, pensava Mark, disperato. Un tizio non dovrebbe essere in grado di sconvolgermi in questo modo. La voce di Mareike e non questo abbraccio dovrebbe farmi sentire così. Non posso andare più a scuola. Devo evitare Jan.
"Mark, posso parlarti dopo la lezione?". Ci mancava solo questo. Sua madre aveva ricevuto una lettera dalla scuola il giorno precedente in cui si diceva che a causa della frequenti assenze Mark non sarebbe stato promosso, perciò andava già abbastanza male. E adesso anche l'insegnante voleva parlargli.
Mark poteva immaginare di che cosa si trattasse.
Non avrebbe dovuto rimproverare Jan gridando, e nemmeno respingerlo così malamente. Il fatto che Jan lo avesse abbracciato con tanto entusiasmo dopo la vittoria non giustificava la sua reazione. Ma la cosa peggiore era stato il modo in cui Jan lo aveva guardato, voltandosi senza dire una parola e andando via. Lo stomaco di Mark si rivoltava ogni volta che ci pensava.
Per tutta la lezione Mark fissò la sedia vuota di Jan, non riusciva a pensare lucidamente. Da settimane il volto di Jan lo perseguitava nei sogni, lo eccitava, e il suo cuore iniziava a battere forte quando lo vedeva anche solo da lontano.
"Dobbiamo parlare con urgenza", disse l'insegnante rivolgendosi a Mark. "Dall'inizio dell'anno scolastico sei diventato un'altra persona. Marini la scuola, non permetti a nessuno di parlarti, e ora questo. Pensavo che saresti stato felice di avere un compagno di classe nuotatore, e che tu e Jan sareste diventati grandi amici".
"Sarà anche un super-nuotatore, ma non mi basta" replicò Mark furiosamente.
"Semplicemente non voglio che mi tocchi in quel modo!"

"Mark devi chiedere scusa a Jan!" L'insegnante guardò Jan pensieroso.
"Il fatto che Jan ti abbia abbracciato non significa che sia gay. E anche se lo fosse non tollero assolutamente l'omofobia o ogni altra forma di discriminazione."
Omofobia, omofobia, la parola continuava a martellare nella testa di Mark e improvvisamente scoppiò a piangere.
"Su, su, ora, cosa c'è che non va?" la voce del prof. van der Kolk tradiva perplessità.
Con attenzione prese Mark per le spalle. "Sei sempre stato uno studente brillante. Ed essere omofobico non è nel tuo stile. Jan ha già abbastanza problemi per conto suo, essendo nuovo in questa scuola. E a te vuole bene, l'ho notato dal primo giorno. Mark, mi aspetto una spiegazione del tuo comportamento di fronte a tutta la classe. Te ne assumerai la responsabilità, è chiaro?
"Jan a te vuole particolarmente bene." La voce dell'insegnante risuonava nella testa di Mark.
"Mark?"
"Non posso" a Mark tremava la voce.
"Allora dovrai parlare con lo psicologo della scuola. Questa cosa con Jan, le tue assenze, tutto ciò deve essere risolto. Rapidamente."
Lo psicologo della scuola sembrava gentile. "Tra le altre cose, ho offeso e respinto un compagno di scuola, ecco perché sono qui"
Il dottor de Vries annuì in modo quasi impercettibile. "Cosa è successo?" chiese quando Mark smise di parlare.
"Perché mi ha toccato quando ho vinto?" proruppe Mark. "Bastava che tenesse le mani a posto" si fermò disperato.
"L'hai aggredito perché ti ha abbracciato?"
Mark annuì senza dire una parola.
"Forse era importante per Jan mostrarti quanto fosse orgoglioso della tua prestazione, perché ti vuole bene. Non mi sembra ci sia nulla di anormale in questo, Mark, non pensi?"
"No", gridò Mark e si precipitò alla porta. "Non è per niente normale, è perverso."
Nessuno capiva quello che stava passando. Peter e Freek non avrebbero esitato a pestarlo, se avesse… Meglio non pensarci. Doveva fare dieci sedute con lo psicologo della scuola – questi erano gli accordi con il prof. van der Kolk.
"Ben tornato", così lo salutò il dottor de Vries.
Mark annuì. Come poteva spiegare allo psicologo che di notte sognava Jan e che aveva persino delle erezioni a causa sua e che, al tempo stesso, quello che avrebbe desiderato di più al mondo era liberarsi di lui?
"Qui puoi dire tutto quello che vuoi, anche quello che ti sembra strano", disse il dott. De Vries a bassa voce, facendo breccia improvvisamente nella confusione di Mark.
"Non mi capisco da solo. Io non volevo fare del male a Jan, ma …" Disperato Mark si asciugò le lacrime con la manica del pullover.
"Ma lui ti confonde molto?" la domanda dello psicologo della scuola risuonò come un'affermazione.
Mark gli diede una rapida occhiata. Come lo aveva capito? "Non posso fare a meno di pensare a lui, ci penso in continuazione", gli scappò detto così rapidamente che non ebbe il tempo di riflettere su quello che diceva.
"Ti piace così tanto che questa cosa ti terrorizza?"
"Sì", bisbigliò Mark in lacrime. Almeno lo aveva detto a qualcuno. Gettò un'occhiata furtiva allo psicologo. Sembrava ancora gentile.
"Non sei l'unico ragazzo che si sente attratto da un altro ragazzo, Mark."
"Sta scherzando?"
"So quanto è difficile parlare di attrazione tra ragazzi. Ma non sei il solo. Esiste un gruppo di giovani gay e lesbiche qui ad Amsterdam. Sono sicuro che sarebbero felici di conoscerti. Magari puoi prendere la loro brochure "Ragazzi che amano ragazzi".
Devi soltanto chiamarli. Pensaci Mark, va bene? Se hai bisogno di me chiamami, ok?"
Mark non guardò lo psicologo, ma annuì.

Salute e benessere psicofisico - Domande ricorrenti

Può essere utile leggere anche le domande presenti nel paragrafo per gli insegnanti.

E se un ragazzo mi chiede: "Come faccio a capire se sono gay?"

Come gli eterosessuali, lesbiche, gay, bisessuali e transessuali sono un gruppo eterogeneo e l'omosessualità, la bisessualità e la transessualità non sono riconoscibili da caratteristiche fisiche o di personalità. Uno psicologo, ad esempio, può esplorare con il ragazzo le sue emozioni e i suoi pensieri, sostenendolo senza dare giudizi o risposte preconfezionate. Potrebbe essere utile esplorare le rappresentazioni dell'omosessualità dell'utente.

Le persone scelgono di essere gay, lesbiche, bisessuali o transessuali?

No. Essere omosessuale, eterosessuale, bisessuale o transessuale non è frutto di una scelta; un individuo LGBT può soltanto decidere se dirlo o meno agli altri.

Si possono ritenere i genitori responsabili dell'omosessualità, bisessualità o transessualità del figlio?

Assolutamente no. Solitamente lesbiche, gay, bisessuali e transessuali nascono in famiglie eterosessuali e i figli di coppie in cui uno dei due partner è gay, lesbica, bisessuale e transessuale sono spesso eterosessuali. I genitori non hanno alcuna influenza sull'orientamento sessuale del figlio; invece, possono rafforzare la sua autostima e incoraggiare lo sviluppo di una sessualità serena.

Come dovrei comportarmi con un giovane che ha rapporti sessuali con persone dello stesso sesso ma si definisce eterosessuale?

L'orientamento sessuale è costituito da più componenti: l'attrazione erotica, il comportamento sessuale, le fantasie sessuali, l'innamoramento, l'immagine di sé e le preferenze sociali. Queste dimensioni non sempre sono congruenti. Ci sono individui, ad esempio, che hanno rapporti sessuali con persone dello stesso sesso ma che non si definiscono omosessuali. Un operatore psico-socio sanitario deve accettare la definizione che la persona dà di sé senza metterla in discussione, ma al tempo stesso deve cercare di capire le rappresentazioni che ne stanno alla base.
In ogni caso, la definizione di sé come gay, lesbica, bisessuale o transessuale può essere un aspetto irrilevante per alcune culture.

Salute e benessere psicofisico - Strumenti

Una lesbica/un gay/un bisessuale/un trassesuale è...

Obiettivo: l'omofobia e la transfobia interiorizzata impedisce a lesbiche, gay, bisessuali e transessuali di sentirsi in sintonia con la propria identità spingendoli a nascondere a tutti, a ogni costo, il proprio orientamento sessuale.

Metodo: suggerite all' adolescente di dire ad alta voce la frase: "Una lesbica/un gay/un bisessuale/un-una trans è..." e di completarla aggiungendo qualsiasi cosa gli venga in mente. La persona ripete la frase diverse volte fino a che non sono emerse una molteplicità di affermazioni. Questo permette all'adolescente di lavorare sugli stereotipi e sui pregiudizi che ha interiorizzato. Per esempio, un'adolescente lesbica potrebbe dire alla persona da cui riceve sostegno psicologico: "Una lesbica non è femminile; questo è disgustoso".
Notate che: prima di usare questo esercizio, è necessario stabilire una relazione di fiducia con la persona che la faccia sentire a proprio agio e gli consenta di aprirsi; è utile iniziare dicendo all'adolescente che tutto quanto dirà andrà bene e che non c'è nulla di sbagliato.

Le due sedie

Obiettivo: lavorare sull'indecisione della persona se rivelare o meno il proprio orientamento sessuale. Lo scopo di questa attività è di indagare le ragioni per cui una persona sceglie (o meno) di fare il coming out e le emozioni ad esse legate.

Metodo: mettete una sedia di fronte al ragazzo e chiedetegli di immaginare che una parte di sé è seduta lì. Spiegate che questa è la parte che è indecisa se rivelare o meno il proprio orientamento sessuale e che lo porta a nasconderlo. La persona deve allora rivolgersi a questo alter ego; in seguito, si sposta su quella sedia e cerca di spiegare come si sente dopo aver ascoltato l'altra parte di sé.
Notate che: il lavoro tenta di far emergere comportamenti creativi che tengano conto di sentimenti ed emozioni dell'una e dell'altra parte. Assicuratevi che l'utente consideri sia gli aspetti positivi che negativi del suo possibile coming out.
Questo lavoro può essere particolarmente indicato quando la persona si è già interrogata sugli aspetti cognitivi del coming out, ma ha ancora problemi a trattare con gli aspetti emozionali. Non può, perciò, essere utilizzato all'inizio ad esempio, di un percorso di sostegno psicologico.

Il coming out all'interno della famiglia

Obiettivo: lavorare sulla decisione a rivelare il proprio orientamento sessuale.

Metodo: si chiede al utente di immaginare di rivelare il proprio orientamento omosessuale alla famiglia.
Quale persona sceglierebbe per prima? Come lo farebbe? Cosa direbbe? Quale sarebbe a suo avviso la reazione dei genitori? Quali sarebbero le sue reazioni? Cosa prova nel fare questo esercizio di immaginazione? Notate che: non cercate di persuadere la persona a fare il coming out. Anche quando questo lavoro funziona, deve rimanere una decisione dell'utente.

2 Le relazioni LGBT

Introduzione

Per iniziare

Al contrario di quanto comunemente si crede, le relazioni LGBT non sono essenzialmente diverse dalle relazioni eterosessuali e, come queste ultime, possono essere molto dissimili tra loro. Tuttavia una differenza esiste e consiste nel fatto che, nella maggior parte delle società, le relazioni omosessuali, bisessuali e transessuali sono molto meno accettate di quelle eterosessuali. Negli Stati membri dell'Unione Europea, infatti, le coppie gay o lesbiche hanno meno diritti e, in alcuni Paesi, non ne hanno affatto (*cfr. Manuale – Appendice n.6; cfr. anche The Rainbow Map, Maggio 2011*).

Il dover vivere in società che svalutano le relazioni LGBT crea dunque molti ostacoli alla vita quotidiana delle persone gay, lesbiche, bisessuali e transessuali. Un'altra differenza consiste nell'impossibilità per una coppia LGBT di funzionare sulla base della divisione tradizionale dei ruoli. In una coppia LGBT i partner devono trovare un modo di relazionarsi che non sia basato su modelli di ruolo pre-definiti: ecco perché è molto importante che le persone omosessuali costruiscano e abbiano lo spazio per affermare e rendere condivisibili i propri modi di esistere, tanto quanto gli eterosessuali. Sarebbe inoltre auspicabile che questi modelli "alternativi" siano rappresentati, in quanto parte della realtà, come modelli culturali condivisi e accettati.

Le relazioni LGBT inoltre, non sono necessariamente senza figli. Infatti, molti bambini vivono insieme a due madri o due padri in famiglie LGBT. Le ricerche dimostrano come l'orientamento sessuale di questi figli non sia statisticamente diverso da quello di coloro che crescono in famiglie eterosessuali, ma al di là dell'orientamento sessuale possono avere difficoltà nel confrontare la propria famiglia con quella dei coetanei/amici. Essi possono essere vittime d'atti di bullismo da parte dei coetanei o, in generale, di comportamenti discriminatori da parte di un ambiente non supportivo e/o apertamente ostile.

Informazioni di base

Fattori diversi concorrono a determinare il significato delle relazioni: la religione, la cultura, le leggi nazionali, l'istruzione, le norme sociali e i valori personali. In alcune culture e società, la scelta rispetto al tipo di relazione è maggiormente influenzata da valori familiari e collettivi, mentre in altre può essere una scelta più individuale. Queste differenze possono avere importanti implicazioni per coloro che provengono da un retroterra culturale tradizionalista. In questi casi, infatti, lesbiche, gay, bisessuali e transessuali incontrano notevoli difficoltà a condurre uno stile di vita che risponda ai loro bisogni, mantenendo al contempo dei buoni rapporti con le loro famiglie. A questo proposito è utile ricordare il ruolo fondamentale che svolge la famiglia nel processo di sviluppo dell'individuo, nel fornirgli la protezione necessaria affinché diventi sufficientemente forte da affrontare le sfide della vita.

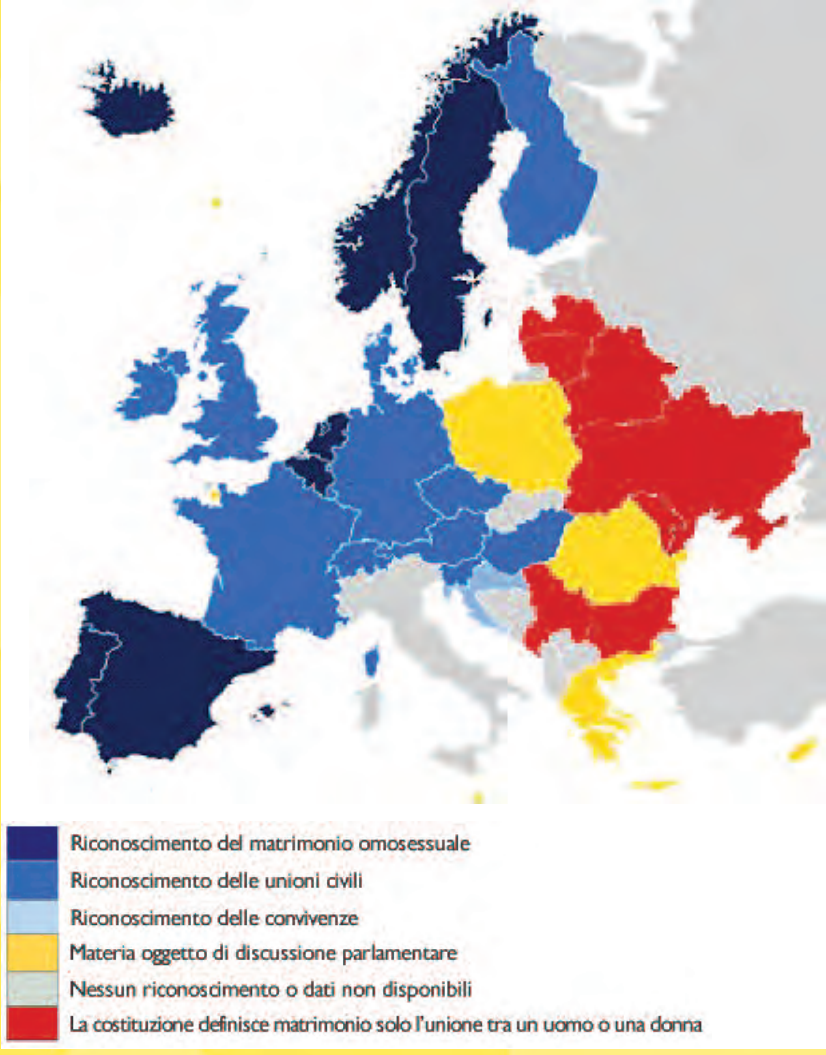
Oggi i rapporti affettivi e sessuali sono soggetti a ridefinizioni e cambiamenti. Esiste, rispetto a 30 anni fa, una maggiore varietà di relazioni possibili, sia per i gay, per le lesbiche, per i bisessuali e per i transessuali, che per gli eterosessuali: il matrimonio, la vita da single, la convivenza con più persone, le unioni omosessuali registrate. Esistono, quindi, anche nuove forme di famiglia che vanno ad affiancarsi alla famiglia nucleare tradizionale: famiglie ricostituite, famiglie monoparentali, famiglie interculturali. Molte coppie, oggi, realizzano il desiderio di diventare genitori grazie ai progressi scientifici o attraverso l'adozione e l'affidamento familiare: la dimensione biologica del legame inizia a lasciare lo spazio ad una visione della famiglia come costruzione socio-culturale. Tuttavia, anche se la "sessualità" non significa più esclusivamente "riproduzione", il concetto di genitorialità continua a ruotare intorno a questi due concetti e c'è ancora oggi una difficoltà a rappresentarsi la filiazione come separata da questi due ambiti.

Trattare quindi di omogenitorialità non può prescindere da una riflessione su pregiudizi e stereotipi eterosessisti presenti nel senso comune e condivisi sia da eterosessuali che da persone LGBT e spesso anche dalla comunità scientifica.

Rispetto alla genitorialità omosessuale le obiezioni più frequenti sono (Lingiardi 2007):

1. I figli devono avere una mamma e un papà;
2. una coppia omosessuale che desidera un figlio non ha fatto i conti con i limiti che la sua condizione gli impone;
3. lesbiche, gay, bisessuali e transessuali non sono in grado di crescere un figlio; le lesbiche sono meno materne delle altre donne;
4. le relazioni LGBT sono meno stabili di quelle eterosessuali e quindi non offrono garanzia di continuità familiare;
5. i figli di persone LGBT hanno più problemi psicologici di quelli eterosessuali;
6. i figli di persone LGBT diventano più facilmente omosessuali.

Attualmente, in Europa, le leggi per il riconoscimento delle unioni LGBT esistono in diversi Paesi (per maggiori informazioni prendete contatti con le organizzazioni LGBT locali o europee come ILGA-Europe). Tuttavia, all'interno dell'UE, le coppie LGBT hanno ancora scarse possibilità di ottenere il riconoscimento della loro unione in un Paese membro, il cui ordinamento nazionale non lo preveda.



fonte: WIKIPEDIA (voce *Matrimonio tra persone dello stesso sesso*)

Di seguito, invece, sono elencati i tre modi in cui una coppia LGBT può soddisfare il desiderio di genitorialità e i Paesi in cui questo è possibile:

- adozione congiunta (la più rara nell'Unione Europea: in Spagna, UK, Belgio, Olanda e Svezia.) – possibilità per le coppie LGBT di presentare domanda congiunta di adozione;
- adozione da parte del secondo genitore (nei Paesi di cui sopra e anche in Germania, Danimarca, Finlandia) – possibilità per un partner di una coppia LGBT di chiedere di adottare il figlio dell'altro partner;
- cure per la fertilità (possibile nei Paesi di cui sopra meno la Germania) – possibilità per le coppie LGBT di accedere ad una serie di cure volte alla procreazione di uno o più figli biologici (inseminazione, donazione di ovuli, ecc.).

Che cosa significa per me?

Per i giovani LGBT è molto importante incontrare altre persone con le quali condividere e socializzare le proprie esperienze rispetto alle relazioni di coppia. In questo modo hanno occasione di rendersi conto che possono avere un ruolo attivo nella creazione dei loro rapporti e sviluppare un proprio stile di vita. Vi forniamo alcuni suggerimenti:

- Dimostrate con il vostro atteggiamento di rispettare le relazioni di coppia LGBT e di considerare un valore per la società il fatto che due persone si prendano cura l'una dell'altra.
- Siate sensibili verso le relazioni tra ragazzi dello stesso sesso, indipendentemente dal fatto che siano di carattere sentimentale/sessuale e incoraggiate i più giovani ad essere reciprocamente rispettosi e cordiali. Siate supportivi: a volte possono essere utili anche generiche affermazioni pronunciate in classe.
- Sostenete i genitori di gay, lesbiche, bisessuali e transessuali. Se i genitori non riescono ad accettare i partner dei loro figli, questo fattore può rappresentare un'importante fonte di stress.
- L'educazione sessuale non dovrebbe riguardare soltanto aspetti biologici, ma dovrebbe focalizzarsi anche sugli aspetti emozionali della relazione di coppia e sull'identità di genere. Cercate di ricordare che alcuni dei vostri studenti potrebbero avere difficoltà a identificarsi con i ruoli di genere e le identità convenzionalmente definite. Inoltre l'educazione sessuale non dovrebbe presentare le tematiche LGBT separatamente da quelle eterosessuali. Questo, infatti, servirebbe solo a rinforzare la divisione tra i diversi orientamenti sessuali e incoraggerebbe i giovani a considerare alcuni di essi "normali" e altri "devianti". Invece, sarebbe più utile presentare la sessualità come comprensiva di diversi orientamenti e identità sessuali di cui l'omosessualità e l'eterosessualità rappresentano soltanto due esempi.
- Nel trattare le tematiche interculturali il principio guida è accettare altri punti di vista, anche quelli che personalmente percepite come lontani ed estranei: essere rispettosi verso gli altri è il modo migliore di convivere.
- Non è utile insistere affinché i giovani effettuino il coming out. Focalizzatevi invece sul supporto e non cercate di definire l'orientamento sessuale della persona, soprattutto se questo non rappresenta un bisogno di chi avete di fronte.

Educazione
(per gli insegnanti)

Tenete a mente

Tutti noi intratteniamo contemporaneamente diversi tipi di relazioni: con i nostri genitori, i nostri amici, i nostri insegnanti, ecc.. Ciascuna di queste relazioni è unica e cambia nel corso del tempo. Inoltre, la parola "relazione" ha un significato che è diverso per ognuno di noi. Per alcune persone è qualcosa di eccitante, per altri significa stare vicino a qualcuno, sentirsi protetto e al sicuro, per altri ricaricarsi. Quello che è giusto per una persona può non esserlo per un'altra e la situazione che va bene per una data persona oggi potrebbe non essere più adeguata domani. Non esiste un modo giusto o sbagliato di avere relazioni. Il tipo di rapporti che le persone scelgono e il modo in cui modellano le loro vite all'interno di queste relazioni devono essere negoziati tra i partner coinvolti.
Vi invitiamo, come spunto di riflessione, a pensare alla vostra relazione di coppia e alle relazioni di coppia tra due uomini o tra due donne. Prendetevi il tempo necessario per rispondere alle seguenti domande. Potrebbe essere interessante dare un'occhiata al paragrafo dedicato alla salute ed al benessere piscofisico.

Educazione - Domande ricorrenti

Può essere utile leggere anche le domande per gli operatori psico-socio sanitari.

In una relazione omosessuale chi assume la parte "maschile" e chi quella "femminile"?
L'idea che anche nelle relazioni LGBT si debba assumere un ruolo "maschile" e uno "femminile" è un cliché basato su stereotipi eterosessisti. Se si considera un po' più da vicino ogni singola persona, si troveranno in essa peculiarità caratteriali che vengono tradizionalmente definite come "maschili" e caratteristiche tradizionalmente attribuite al sesso femminile; ciò vale chiaramente anche per le coppie eterosessuali. L'identità di ognuno è il risultato di un'integrazione delle caratteristiche attribuite ai due sessi e anche i ruoli di genere sono oggi sempre più oggetto di negoziazioni individuali.

Le relazioni omosessuali, bisessuali, transessuali, durano meno di quelle eterosessuali?
Le relazioni omosessuali, bisessuali, transessuali possono essere lunghe o brevi, allo stesso modo di quelle eterosessuali. Alcune possono durare soltanto pochi mesi mentre altre possono andare avanti per molti anni o anche "per sempre". L'unica differenza è che una relazione LGBT raramente viene incoraggiata dalla società o dalle famiglie dei partner. E' importante tenere presente che questa mancanza di accettazione e di supporto esterno può complicare eventuali problemi della coppia.

- Che cosa, secondo voi, caratterizza una relazione felice? Quale pensate sia l'opinione del vostro partner? Cosa pensa il vostro partner delle vostre idee in proposito?
- Avete mai visto due uomini o due donne baciarsi o abbracciarsi o tenersi per mano? Qual è stata la vostra reazione? Perché?
- Come immaginate sia una relazione vissuta nel quotidiano? Che ruolo hanno avuto gli esempi e i ruoli tradizionali nel modellare queste rappresentazioni? Come intendete la fedeltà?
- Che tipo di divisione dei ruoli avete stabilito nella vostra attuale (o ultima) relazione? Vi sentite (o vi siete sentiti) a vostro agio? Cosa ne pensa il vostro partner? Come è stata negoziata questa divisione dei compiti?
- Quali vantaggi riuscite a vedere in una relazione tra persone dello stesso sesso? Quali problemi possono emergere?
- I vostri valori personali come influenzano la vostra attività di insegnamento?

Lesbiche, gay, bisessuali e transessuali tradiscono i loro partner più spesso degli eterosessuali?
La ricerca scientifica ha dimostrato che la gran parte dei giovani desiderano vivere in una relazione stabile e sarebbe molto contenta di invecchiare con il proprio partner. In questo senso, gay, lesbiche, bisessuali e transessuali non sono diversi dagli eterosessuali. Molte persone si ritrovano a cercare "l'amore eterno", trovandosi tuttavia, nella maggioranza dei casi, a cambiare partner più volte nel corso della vita (monogamia seriale). Pertanto l'idea che nelle coppie LGBT ci sia un tasso di tradimenti maggiori rispetto a quelli presenti nelle coppie eterosessuali è uno stereotipo da sfatare.

In che modo vengono discriminate le relazioni LGBT?
Le relazioni LGBT sono discriminate sotto molti aspetti. Innanzitutto, devono affrontare la discriminazione in campo giuridico, poiché nella maggior parte dei Paesi le coppie composte da due uomini o da due donne o da trans non sono legalmente riconosciute. Questo implica una serie di limitazioni; ad esempio, solo per elencarne alcune, rispetto ai diritti relativi all'eredità, alla casa, a visitare il partner in ospedale. Lesbiche, gay, bisessuali e transessuali sono discriminati anche in termini di visibilità: solo raramente vengono menzionati nei libri di scuola. Gli esempi sopra riportati dimostrano come sia ancora diffusa l'opinione che lo stile di vita omosessuale, bisessuale e transessuale non sia altrettanto "buono", adeguato e normativo di quello eterosessuale.

Educazione - Strumenti

La storia d'amore

Obiettivo: esplorare la rappresentazione delle relazioni LGBT fornite dai media per educare i ragazzi sull'influenza che esercitano i mezzi di comunicazione sull'opinione pubblica.

Metodo: trovate un esempio di una storia d'amore omosessuale o transessuale su una rivista giovanile (potete chiedere ai ragazzi di portarlo in classe; se non riescono a trovare una storia, si può utilizzare una foto per iniziare). Date uno sguardo critico al contenuto della storia e discutetene. Alcune domande possibili sono: qual è la funzione di una storia d'amore, in generale? Come sono rappresentate le relazioni LGBT in questa narrazione? Quali informazioni fornisce la storia su questo tipo di relazione? Propone immagini stereotipiche di certe persone o di certi ruoli?
Notate che: questo lavoro è adeguato a ragazzi di età uguale o superiore a 14 anni. Per essere efficace dovrebbe essere inserito all'interno di un ciclo di lezioni sui media. E' utile analizzare in maniera critica il giornalismo nelle sue funzioni e nella sua forma: chi scrive i testi per le riviste? Come lo fa? Chi fornisce loro le informazioni? Cos'è il buon giornalismo?
Se i ragazzi criticano la storia perché troppo convenzionale o stereotipata potrebbero tentare di creare una storia con le proprie foto.

Etero,Omo, Bi, Trans: vantaggi, svantaggi e stereotipi

Obiettivo: identificare gli stereotipi e confrontare tra loro diverse forme di relazioni.

Metodo: dividete i ragazzi in piccoli gruppi e distribuite un foglio sul quale sono indicate le seguenti categorie: Relazioni Eterosessuali, Relazioni Gay, Relazioni Lesbiche, Relazioni Transessuali. Si chiede ai ragazzi nei piccoli gruppi di riflettere sui vantaggi, sugli svantaggi e sugli stereotipi di ciascuna categoria relazionale. Si scrivono poi i risultati sul foglio e li si discutono tutti insieme.
Notate che: il lavoro è adeguato a ragazzi di età uguale o superiore a 14 anni. L'insegnante può intervenire approfondendo le risposte dei giovani chiedendo: "dove hai visto questo?" Gli stereotipi dovrebbero essere indagati in maniera critica e si dovrebbe spiegare come funziona la percezione selettiva.

UNA STORIA...

«Con le mani tremanti Almira afferrò il telefono. Il foglio si appannava sempre di più davanti agli occhi. In pochi secondi la sua vita era stata distrutta, come se fosse stata bombardata.
"Pronto, Julie Bäcker?"
Almira singhiozzò senza più controllo.
"Almira sei tu? Mio Dio, che cosa è successo?"
"Devo tornare in Kossovo."
Julie trattenne il respiro all'altro capo del filo e, dopo un tempo interminabile, "Oddio", disse con un filo di voce. "Rimani dove sei, tesoro, arrivo da te in un attimo."
"Non possono rimpatriarti. Vivi qui da undici anni. C'è quasi metà della tua vita qui" sconcertata Julie continuò a leggere su e giù la comunicazione dell'ufficio stranieri.
"Dicono che la guerra è finita" sussurra Almira, "ma la mia famiglia è originaria della Bosnia e mi renderebbero la vita un inferno se andassi lì. E se scoprissero che sono lesbica mi ucciderebbero." Almira guarda la sua fidanzata.
"In Kossovo delle persone sono state uccise. Ho visto pestare mia sorella e i miei cugini e minacciare di morte mio zio. Lì, mi aspetta la morte. Non potrei studiare, non ci sarebbe una casa, né l'amore. Solo violenza e distruzione. Non posso tornare, Julie."
"No, certo che non puoi. Troveremo il modo, Almira. Io ti amo, non ti lascerò andare. Mai. Hai capito?"
"Che succede Almira? Da settimane guardi nel vuoto. Hai preso un brutto voto in tre materie. E io che pensavo volessi veramente realizzare qualcosa in Germania. In questo modo non otterrai mai il diploma." "Non dipende da me", disse Almira con voce sommessa. "Io non ho futuro in Germania."
"Sciocchezze" rispose stizzito il professore. "E' naturale che dipende da te. Chi vuole veramente realizzare qualcosa, ci riesce. Ma non con questi voti, ovviamente. Le cose vanno troppo male Almira; mi ero sbagliato su di te."
Se solo sapesse che sono lesbica approverebbe l'espulsione al cento per cento, pensò Almira mentre riponeva lentamente il suo compito.
"Ma si potrà fare qualcosa contro un'espulsione…" Julie guardava i suoi compagni di classe in modo sprezzante, mentre uscivano dalla classe dopo la lezione.
"Hey, la guerra in Kossovo è finita, Julie. Tutta questa gente è stata qui abbastanza. Faresti meglio a trovarti un'altra ragazza" disse Georg con un ghigno perfido. Gli altri annuirono.
"Ma che razza di persone siete voi?!", Julie si guardò intorno scioccata. "E voi volete diventare degli educatori?"
"Oh su, onestamente, tu vuoi impedire l'espulsione perché ti piace, no?" s'intromise Karin.
"Voi non avete affatto idea di ciò che la guerra causi a una persona, anche a distanza di anni!" replicò Julie.
"Credo che tu stia di nuovo esagerando, Julie. Come sempre." Georg si appoggiò all'indietro con noncuranza.
"A scuola nessuno mi capisce. Mi sento così sola. L'insegnante pensa che io sia svogliata." Almira mostrò a Julie il compito di tedesco tutto pasticciato.
"Anche gli studenti sono così crudeli" si lamentò Julie con rassegnazione.
"Non potrebbero essere più indifferenti a quello che succede qui."
"Mi hanno detto che si trovano indirizzi utili su Internet. Perché non cerchiamo aiuto in rete?"
"Questa sì che è un'idea fantastica! Almira, tesoro mio!"
Dopo pochi minuti sono sedute di fronte ai loro computer, concentratissime.
"Ecco, un Centro di Sostegno per Rifugiati" disse Julie all'improvviso. "Proprio quello che stavamo cercando."
"E guarda un po'," sorrise Almira. "Ho trovato una chat europea per giovani LGBT."

"Grande!", sorrise soddisfatta Julie. "Chiamo il circolo di sostegno, ok?"
"Nel frattempo entrerò nell'URL della chat di Triangle."
"L'appuntamento con il circolo di sostegno è tra un'ora", annunciò Julie.
"La chat è aperta." Affascinata, Almira scrive qualcosa.
"Fammi vedere", Julie si sedette accanto a lei.
<Almira> Ciao, sono lesbica e vivo in Germania, dovrei essere rimpatriata in Kossovo. Cosa posso fare?
<Mark> Ciao, io vengo dall'Olanda. Se hai una ragazza tedesca, sposatevi. Dovrebbe essere possibile grazie alla legge sul partenariato, sempre che siate maggiorenni…
<Julie> Ciao, io sono la sua ragazza. Dici sul serio? Sarebbe magnifico. Siamo entrambe maggiorenni. Ma ora dobbiamo andare. Dobbiamo tenerti aggiornato?
<Mark> Assolutamente sì. È stato bello avervi incontrato.
<Aaron> Anche io vorrei sapere come andrà a finire. Sono spesso qui in chat.
<Almira> Magnifico. Grazie. Ci risentiamo. Evviva!
"Temo che non si metta molto bene per i rifugiati del Kossovo. Le nostre autorità non vogliono capire che i gruppi di minoranza come ad esempio i bosniaci musulmani, hanno ancora una vita difficile lì." La counsellor del Centro di Sostegno per Rifugiati osservò Almira a lungo.
"Se ci sposassimo potremmo evitare l'espulsione grazie alla legge del partenariato?", la voce di Julie suonò implorante.
"Sì, sarebbe assolutamente possibile. Secondo l'articolo 23 della legge tedesca sulla immigrazione, dopo il matrimonio Almira otterrebbe all'inizio un permesso di soggiorno temporaneo di tre anni, in seguito potrebbe ottenere il rinnovo e tra otto anni potrebbe far richiesta della cittadinanza tedesca."
"Ma cosa ne sarebbe dei miei genitori?", chiese Almira.
"Non si può evitare che i tuoi genitori siano espulsi", affermò la counsellor a voce bassa.
"Non posso restare qui senza di loro", disse Almira singhiozzando."Senza i miei genitori non posso vivere qui."
"Dovresti venire qui insieme ai tuoi genitori. Faremo tutto il possibile per proteggere anche loro." La counsellor esitò. "Vuoi sposare Almira perché sei innamorata di lei o è solo un tentativo di salvarla?"
"Io amo Almira", replicò Julie."Forse non mi sarebbe venuto in mente se non ci fosse stata quella minaccia, ma ora la vedo come una grande opportunità."
"Io non voglio perdere i miei genitori", sussurrò Almira. "Non so se capiranno mai perché sposo una donna."
"Almira, come mi dicevi, ritornare in Kossovo per te significherebbe la fine. Mi hai raccontato che sei cresciuta qui, hai passato in questo Paese più della metà della tua vita; in questo ambiente vuoi studiare, e in più ami una donna. Vivere tutto questo in Kossovo è impensabile. E poi, tu e i tuoi genitori avete vissuto terribili traumi. Laggiù non vi sono possibilità di sostegno. Ritornare in Kossovo significa andare incontro a un altro trauma per tutta la tua famiglia. Ci hai raccontato che alcuni membri della tua famiglia sono stati brutalmente pestati e minacciati di morte proprio davanti ai tuoi occhi."
Almira piangeva in silenzio. "Entrambi i miei genitori l'hanno provato. La mamma ha cercato di proteggermi. È molto forte. Ma papà ne è uscito distrutto. Non posso lasciare la mamma da sola con lui. Papà ha bisogno di entrambe."
"I tuoi genitori sanno che tu e Julie volete sposarvi?"
"Forse lo supererebbero, ma non la separazione. Per mio padre sarebbe la fine."
"Ci deve essere una soluzione per te e per i tuoi genitori, Almira. Non ti posso promettere nulla. Sposare Julie certamente ti salverebbe, questo è sicuro."
La counsellor sorrise ad Almira con espressione incoraggiante ."Vieni la prossima settimana con i tuoi genitori: vedremo insieme con loro il da farsi."

Salute e benessere psicofisico
(per gli operatori psico-socio sanitari)

Tenete a mente

Tutti i rapporti, compresi quelli eterosessuali naturalmente, includono insieme ai sentimenti positivi anche quelli negativi, come rabbia, stress e aspettative diverse tra i partner. Ad esempio, alcune persone si legano in maniera soffocante al partner per timore di perderlo: vogliono possederlo e controllarlo. Generalmente la fedeltà ha un'importanza particolare nelle relazioni di coppia, sebbene ognuno la intenda in modo diverso. Si può definire fedele qualcuno che trascorre molto tempo da solo senza il suo partner? E che cosa succede se si ha una "storia di una notte"? Poiché si possono dare definizioni diverse della fedeltà, non è infrequente che si generino problemi.
Vi invitiamo come spunto di riflessione a pensare alla vostra relazione di coppia e alle relazioni di coppia LGBT. Prendetevi il tempo necessario per rispondere alle seguenti domande. Potrebbe essere interessante dare un'occhiata al paragrafo dedicato agli insegnanti.

- Quando vi siete resi conto che esistevano modi di convivere diversi da quelli appresi nella vostra famiglia? Cercate partner che hanno il vostro stesso punto di vista o con vedute diverse?
- Pensate che le relazioni LGBT siano soddisfacenti quanto quelle eterosessuali? Se no, perché? Cosa intendete per fedeltà?
- Esistono problemi nella relazione di coppia che descrivereste come tipicamente maschili o femminili? Esistono differenze tipiche tra eterosessuali e gay/lesbiche/bisessuali/transessuali nel gestire i problemi inerenti la relazione? Come potrebbero essere risolti questi problemi?
- Quale influenza ha uno status giuridico incerto su una relazione? Cosa significa per i partner interessati sapere che larga parte della società desidererebbe che il loro rapporto non esistesse?
- In che misura il vostro lavoro di sostegno alla salute e al benessere piscofisico è influenzato dai vostri valori personali?

Salute e benessere psicofisico - Strumenti

Una questione di scale

Obiettivo: aiutare i partner di una coppia a formulare le loro aspettative all'inizio del percorso di sostegno alla salute e al benessere piscofisico.

Metodo: i partner valutano indipendentemente l'uno dall'altro una serie di affermazioni secondo una scala con valori che vanno da 1 a 10 (1 = valore minimo, 10 = valore massimo). Prima forniscono la propria risposta e poi indicano anche quella che ritengono darà il partner. Uno psicologo può preparare prima dell'incontro le domande su una lavagna a fogli mobili.
Alcuni esempi:

- Le possibilità che tra un anno staremo ancora insieme sono molto basse / molto alte.
- Le risorse che abbiamo per affrontare insieme una crisi sono poche/ molte.
- Dopo gli incontri con uno psicologo trattare il nostro problema sarà più facile / più difficile.
- Personalmente possono contribuire poco / molto alla soluzione del problema.
- Il mio partner può contribuire poco / molto alla soluzione del problema.

Notate che: l'uso di domande circolari aiuta a chiarire il punto di vista di ciascun partner (per esempio: cosa penso? cosa penso che l'altro pensi? cosa si pensa che io pensi?). Perché questo risulti efficace, è importante che chi fornisce sostegno psicologico ponga le

Salute e benessere psicofisico
Domande ricorrenti

Può essere utile leggere anche le domande per gli insegnanti.

Che impatto ha una situazione giuridica di iniquità sulle relazioni LGBT?

I partner di una coppia LGBT non godono degli stessi diritti degli eterosessuali. Ciò può avere diverse conseguenze per la loro vita. Per esempio, in caso di morte di uno dei partner, l'altro può essere estromesso dal loro appartamento come se fosse un occupante abusivo (*cfr. film "Women"citato nel Manuale - Appendice n. 5*). Una persona lesbica o gay non sempre può stabilirsi con il partner in un altro Paese dell'Unione Europea come fanno le coppie eterosessuali, perché molti Statii membri, ad esempio, ancora negano alle coppie LGBT il diritto alle agevolazioni per la casa e ai sussidi sociali.
Inoltre, i partner gay, lesbiche, bisessuali e transessuali spesso non sono incoraggiati o supportati dagli altri e devono risolvere la maggior parte dei loro problemi da soli. Questa mancanza di accettazione e di sostegno è generalmente una fonte di stress e ha un impatto anche maggiore se proviene dai membri più stretti della famiglia. Un ambiente ostile, inoltre, può unire i partner ancora di più l'uno all'altro con l'effetto secondario di isolare la coppia.
Le lesbiche, infine, soffrono spesso di doppia discriminazione, in quanto gli uomini e le donne non sono ancora trattati alla pari in molte società.

Come differisce la vita quotidiana di una coppia LGBT da quella di una coppia eterosessuale?

Può differire se la loro famiglia, i loro amici, vicini o colleghi hanno problemi con l'omosessualità, la bisessualità e la transessualità. Il fatto che i partner LGBT di solito debbano dichiarare o giustificare il loro orientamento sessuale in pubblico sottolinea una differenza rispetto alle coppie eterosessuali. Lesbiche, gay, bisessuali e transessuali devono dichiararsi e identificarsi con un'etichetta, anziché vivere

domande allo stesso modo ai due partner.
Le risposte a queste domande mostrano in quale direzione deve procedere il percorso di sostegno. Se i partner esprimono pareri diversi, è importante lavorare sugli obiettivi comuni. In un secondo momento si può tentare di favorire il cambiamento chiedendo ai partner cosa succederebbe se cambiassero le loro valutazioni. Una sorta di compito a casa per la coppia tra una seduta e l'altra potrebbe consistere nel far finta, per uno o più giorni, che i cambiamenti positivi siano già avvenuti.

L'ambiente sociale come supporto

Obiettivo: lavorare sulla rappresentazione dell'ambiente sociale delle coppie LGBT e individuare le fonti di supporto al fine di risolvere i problemi.
Metodo:

Prima fase: strutturazione

La coppia è invitata a disegnare un sistema con diverse figure o simboli colorati. Questi simboli rappresentano loro stessi e le persone che appartengono al loro ambiente sociale (i membri di entrambe le famiglie, determinate persone importanti per uno o per entrambi i partner, i figli, i partner precedenti, colui che fornisce il sostegno alla coopia, ecc.).

Seconda fase: percezione

I partner illustrano chi sono le persone rappresentate durante la fase precedente di

semplicemente come possono fare gli eterosessuali. Il Coming out, per una persona omosessuale, bisessuale e transessuale, è continuo, per tutta la vita.

Come posso aiutare una persona omosessuale, bisessuale e transessuale che sente il bisogno di conoscere altre persone LGBT?

Posso aiutarla ad uscire dall'isolamento; una buona soluzione potrebbe essere quella di invitarla a conoscere ed eventualmente a frequentare un gruppo giovanile LGBT. Se l'età della persona supera il limite previsto per i gruppi giovanili, potrebbe essere utile suggerirle di partecipare in un altro modo alla vita associativa, come ad esempio unirsi ad una squadra sportiva LGBT. Le persone che vivono in piccoli centri potrebbero non trovare gruppi simili nella loro zona; in questi casi, può essere d'aiuto Internet. Tuttavia è necessario essere cauti con i contatti mediante Internet: non sempre gli utenti sono come si presentano.

Se l'utente mi domanda:"Ho avuto una o due volte una relazione con una persona del mio stesso sesso; sono gay/lesbica o bisessuale?"

La maggior parte degli adolescenti maschi hanno esperienze sessuali con persone del loro stesso sesso (ad esempio, la masturbazione reciproca). Questo comportamento è diffuso anche tra coloro che si definiscono eterosessuali. Se ci si innamora di qualcuno del proprio sesso, è possibile che si sia gay/lesbica/bisessuale/transessuale ma non è detto che sia così. Anche coloro che si definiscono eterosessuali, possono vivere momenti di tenerezza e/o esperienze sessuali con persone dello stesso sesso. Oggi, per alcune persone sembra sempre meno prioritario dare un nome alla propria identità. È più opportuno che chi fornisce sostegno alla salute e al benessere psicofisico dei giovani presti attenzione alle emozioni di chi ha di fronte, a come vive le sue relazioni piuttosto che concentrarsi sulle etichette verbali.
E' importante comunque tener presente che, accanto ai concetti di omo-bi sessualità, esistono i concetti di omo-bi affettività. Per esempio, questo può significare che una persona può percepirsi omo-affettiva (si innamora solo di persone del suo stesso sesso) ma bi-sessuale (vive la sessualità con entrambi i sessi).

"strutturazione" e spiegano il sistema dal loro punto di vista.

Terza fase: le domande

- Quanto è statico/dinamico il sistema?
- Dove sono i limiti tra le persone nel sistema?
- Quali collegamenti esistono?
- Chi ha contribuito a stabilizzare la relazione in passato e come?
- Chi è stato coinvolto nella ricerca di una soluzione ai problemi?
- Chi supporta il fatto che la coppia abbia fatto ricorso ad un percorso di sostegno e come?
- Quali delle persone identificate nell'esercizio conosce meglio come la coppia potrebbe far fronte alla crisi attuale?

Quarta fase: anticipazione dei cambiamenti

I partner vengono invitati a cambiare il modo in cui la relazione viene presentata in termini di figure e simboli e a collocarli in un altro posto. Cosa cambierebbe esattamente?

Notate che: questo lavoro focalizza l'attenzione sulle risorse sociali che possono fornire supporto alla coppia. La rappresentazione di persone reali con simboli neutri non dovrebbe condurre all'interpretazione dei ruoli degli individui. Il punto centrale del lavoro è osservare il sistema nel suo insieme.

3 Differenze di vita e stereotipi

Introduzione

Per iniziare

Le opinioni sull'omosessualità sono numerose e variano in relazione al contesto sociale e culturale di un popolo e di un individuo.
Tali convinzioni dipendono dalla interconnessione di alcuni fattori su cui vale la pena di fermarsi a riflettere.

Stereotipo: un modello rigido e convenzionale di comportamento o discorso; opinione precostituita, acquisita non sulla base di una esperienza diretta.
Generalmente gli stereotipi permettono di dotarsi di una guida di comportamento, secondo una modalità anche utile se non si ha una esperienza diretta pregressa con una situazione. Tuttavia quando lo stereotipo viene usato indiscriminatamente favorisce il sorgere e il perdurare di pregiudizi. Si può parlare di stereotipo sociale quando tale visione viene condivisa da un gruppo. In questi casi gli stereotipi sociali su specifici caratteri nazionali, religiosi o etnici, ad esempio, possono generare comportamenti razzisti.

Pregiudizio: preconcetto, giudizio formulato prima di una esperienza diretta. Essa è una percezione generalizzata e semplificata di un aspetto della realtà o di una persona.

Discriminazione: divisione, separazione, tendenza ad applicare condizioni diverse e peggiori alle persone per il fatto che esse appartengono ad un determinato gruppo sociale. La discriminazione può essere sostenuta in base alla etnia, alla religione, all'origine geografica, all'origine culturale, all'orientamento sessuale, all'età, al genere di appartenenza, alla corporatura fisica, alla condizione economica, allo status socio-relazionale, all'aspetto estetico, alla fede politica, alla disabilità fisica o mentale e altro ancora. Da questo punto di vista l'omofobia e il razzismo, di cui si occupa Crossing Diversity, sono solo due forme di discriminazione che è possibile incontrare nei ragazzi/giovani e negli ambienti in cui vivono (scuola, famiglia, gruppo di amici).
In particolare, le convinzioni sulle persone omosessuali solitamente si fondano su stereotipi piuttosto radicati rispetto ai ruoli di genere e alla sessualità. Tali opinioni, a loro volta, favoriscono l'insorgere di numerosi pregiudizi, generalmente negativi, su lesbiche, gay, bisessuali e transessuali, che alimentano sia l'interiorizzazione dell'omofobia nelle persone LGBT, sia la diffusione di emozioni negative nei confronti di lesbiche, gay, bisessuali e transessuali, nel contesto sociale. Gli atteggiamenti e i comportamenti influenzati dai pregiudizi diventano così causa, spesso, di nuove forme di discriminazione.
Molti fondamentalismi religiosi considerano la sessualità peccaminosa se non espressa all'interno di precise regole e rituali sociali come il matrimonio. In questi contesti, l'omosessualità non è considerata favorevolmente ma presentata come "scandalosa", "qualcosa" di cui negare ogni aspetto positivo, sia a livello individuale che sociale. Un giovane omosessuale appartenente ad una comunità tradizionale, in senso sociale o religioso, può trovarsi nella difficile situazione di dover fronteggiare diversi livelli di pregiudizio sia all'esterno, in quanto parte di una un gruppo discriminato, sia all'interno della sua stessa comunità, in quanto omosessuale.

Informazioni di base

In più punti di Crossing Diversity suggeriamo di cercare di conoscere persone e organizzazioni LGBT. Il confronto e l'esperienza diretta introducono elementi che possono essere dissonanti rispetto agli stereotipi consapevoli o inconsapevoli acquisiti. L'esperienza diretta contrasta pertanto la formazione o il mantenimento di pregiudizi già esistenti e l'eventuale comportamento discriminante che potrebbe conseguirne.

In effetti, nell' Unione Europea, gay, le lesbiche, bisessuali e transessuali hanno vari "stili di vita". Per alcuni di loro la lotta alla discriminazione è di estrema importanza; allora si organizzano in associazioni, indossano simboli e si fanno promotori della parità dei diritti, vivendo una vita da "attivisti". Per altri, i contatti sociali, le storie sentimentali o sessuali possono essere gli aspetti più rilevanti e per questo frequentano comunità nelle quali si organizzano incontri ed eventi. Per altri ancora il desiderio di una relazione sentimentale stabile e monogama è prioritario. Vi sono quindi tante varietà di rapporti tra le persone, si può avere riscontro di ciò, però, solo se ci si relaziona con modelli comportamentali diversi.

Le società contemporanee, con la loro mobilità sociale ed economica, offrono alle persone una maggiore varietà di relazioni possibili e una maggiore libertà di esprimere i propri desideri e le proprie peculiarità, soprattutto rispetto ai ruoli di genere. L'ampliamento delle possibilità di scelta rispetto alla definizione della propria identità porta con sé la necessità di maggiore flessibilità, rispetto e accettazione fra le persone. Ciò che oggi si ritiene fondamentale nell'UE è la parità di diritti e doveri per ogni persona, coppia o famiglia a prescindere dal proprio orientamento sessuale o altra caratteristica personale, in quanto siamo tutti accomunati dalla cittadinanza europea. Nella maggioranza dei Paesi dell'Unione Europea esiste il riconoscimento legale delle coppie e delle famiglie omosessuali e un numero sempre crescente di Paesi permette a queste famiglie l'adozione di bambini. Nella misura in cui cresce l'accettazione verso l'omosessualità, lesbiche, gay, bisessuali e transessuali non si sentono più costretti a nascondere, come spesso accadeva un tempo, il loro orientamento omosessuale dietro a un matrimonio eterosessuale e a una famiglia tradizionale. Di conseguenza, sono sempre più numerose le lesbiche e i gay che hanno relazioni stabili o che hanno figli adottivi o naturali. Ricerche scientifiche dimostrano come bambini allevati in tali contesti familiari non soffrono di carenze affettive o di modelli di ruolo, piuttosto risentono dei comportamenti discriminatori da parte degli altri o degli ostacoli posti da leggi che rendono difficile ai genitori di svolgere il loro compito (ad esempio, impedendo al partner del genitore naturale di esercitare la potestà o di essere riconosciuto come genitore).

Che cosa significa per me?

Nel proprio lavoro dentro e fuori la scuola sempre più spesso si dovrà affrontare l'emergere di stereotipi, pregiudizi e discriminazioni verso persone e famiglie omosessuali, sollecitati da un più frequente coming out.
Rispetto alla possibilità di contrastare i più frequenti stereotipi verso la genitorialità omosessuale è utile leggere la Mappa 2 - Le relazioni LGBT, al paragrafo "informazioni di base".

La scuola è il luogo deputato alla prevenzione del disagio e alla valorizzazione della dimensione relazionale oltre che culturale. È qui che i giovani, ognuno con le proprie appartenenze e differenze, incontrano i valori della società, e con essi gli stereotipi e i pregiudizi di quella società. E' proprio nella scuola, luogo di ascolto e di confronto, che vanno quindi promossi interventi volti all'integrazione e alla valorizzazione delle differenze, come potenzialità di arricchimento e occasioni di crescita.

Per tutti oggi è un diritto avere la possibilità di scegliere il proprio stile di vita, in base ai propri desideri e alle proprie appartenenze rispetto al genere, al background culturale, alla religione, all'età e ad altri aspetti di rilevanza sociale.
Riflettete un momento sul modo in cui la vostra organizzazione o le persone che vi circondano si relazionano con gli stili di vita diversi da quelli tradizionali. Per esempio, i criteri di assunzione, le agevolazioni per i lavoratori e i regolamenti interni garantiscono un trattamento equo agli uomini e alle donne, alle coppie omosessuali ed eterosessuali, ai nativi e agli stranieri?
Un percorso di sostegno alla salute e al benessere psicofisico può aiutare gli adolescenti ad esplorare i loro sentimenti e i loro bisogni, promuovendo la risoluzione di quei conflitti interni e esterni che impediscono libere scelte nella propria vita.
Allo stesso modo, la scuola può fornire un ambiente sicuro e accogliente che promuove il confronto e il rispetto di ogni differenza, condannando e riducendo ogni violenza psicologica, verbale o fisica che si manifesti al proprio interno.

Educazione
(per gli insegnanti)

Tenete a mente

È importante riconoscere, con se stessi e con i propri studenti, che trattare le differenze non è sempre facile.
In qualità di insegnanti ed educatori potete esaminare le vostre opinioni sui diversi stili di vita e sulle tematiche LGBT. Ricordate che la vostra attività di insegnamento è molto influenzata dalla vostra personalità. Ad esempio, se parlate con i vostri studenti di differenze e stili di vita diversi, ma al tempo stesso dimostrate con il vostro comportamento o atteggiamento di non approvare quelli che si differenziano troppo dal vostro, i ragazzi non vi prenderanno sul serio.
Ponetevi le seguenti domande e successivamente leggete con attenzione quelle poste nella sezione "Tenete a mente" del paragrafo *Salute e benessere psicofisico*:

- Avete mai riflettuto sul fatto che ci possono essere persone che non approvano il vostro stile di vita e le vostre scelte?
- Come vi sentite con le persone che non approvano il vostro stile di vita? Come vorreste essere trattati da questi?
- Pensate che lesbiche, gay, bisessuali e transessuali abbiano stili di vita specifici? quali?

Il passo successivo è quello di prepararvi ad ascoltare le emozioni e le opinioni dei vostri studenti. Le domande sopra riportate possono essere utilizzate anche con loro. Chiedetevi quali risposte potrebbero darvi gli adolescenti con i quali lavorate prima di iniziare una discussione.

- Che cosa penseranno?
- Come reagiranno al tema della diversità?
- Come vi sentirete nel trattare con loro questo tema: a vostro agio, insicuri, minacciati, ecc.?

Ricordate infine che sempre più spesso dovrete confrontarvi con alunni provenienti da famiglie e contesti molto differenti per cultura o nazionalità, orientamento sessuale proprio o dei propri genitori, religione, stili di vita. È vostro compito, in quanto insegnanti, non discriminare né negare queste diversità, ma entrare in contatto con esse sia dal punto di vista personale che professionale e trasformare tale incontro in una preziosa occasione didattica di arricchimento per i vostri allievi.

Educazione - Domande ricorrenti

Può essere utile leggere anche le domande del paragrafo Salute e benessere psicofisico.

Come posso comportarmi di fronte a pareri contrastanti sulla diversità nella mia classe?
Consideratela una buona occasione per discutere. La regola di base è: "tutte le opinioni sono valide se vengono sostenute con rispetto per gli altri e difese in modo serio". Chiedete agli studenti di spiegare ed analizzare le loro posizioni e promuovete la curiosità rispetto ad altri punti di vista.

Come posso essere sicuro che le tematiche LGBT vengano trattate con obiettività?
Non dovete presentare tutti i punti di vista, sarebbe impossibile farlo, ma è importante conoscere i principali punti di vista sulla sessualità, sull'omosessualità, la bisessualità e il transessualismo. Una lettura completa del Manuale di Crossing Diversity è già un ottimo punto di partenza. Portatelo a conoscenza dei vostri allievi, promuovete, attraverso esso l'uso della filmografia, del glossario, della sitografia, il contatto con le associazioni. Create l'opportunità per i ragazzi di confrontare le loro opinioni ed esprimete anche la vostra, facendo attenzione però a non far diventare la vostra posizione la linea guida del dibattito tra gli allievi.

Come posso comportarmi con quei genitori che si aspettano che la scuola promuova soltanto lo stile di vita che preferiscono?
Spiegate a questi genitori che compito della scuola è insegnare ai ragazzi il rispetto e ciò significa anche aiutarli a relazionarsi con la diversità. Illustrate ai genitori gli obiettivi del vostro intervento educativo: avere un atteggiamento rispettoso di tutte le differenze tra gli esseri umani.

Educazione - Strumenti

Definire la normalità

Obiettivo: chiarire la relatività dei concetti di "normalità" e "anormalità" e trattare i temi dell'appartenenza e dell'esclusione da un gruppo.

Metodo: raccogliete una serie di immagini di uomini e di donne. Chiedete ai ragazzi di inserire le immagini in un continuum che va dal *normale* all'*anormale*. Analizzate dove si trova il limite tra queste due polarità; sicuramente esso varierà da persona a persona. Analizzate i criteri con cui questo limite viene stabilito. Orientate la discussione dei ragazzi verso la definizione degli aggettivi *normale*, *anormale* e la loro relazione con l' aggettivo *diverso*. Riflettete con gli studenti su cosa significa far parte di un gruppo (*insider*) o esserne fuori (*outsider*). Ad esempio, definendo chi è l'insider, cioè chi è membro di un gruppo, automaticamente si stabilisce anche coloro che ne sono fuori; analizzate quindi gli effetti dell'esclusione e come ci si può comportare in maniera rispettosa verso le differenze, comprese quelle relative all'orientamento sessuale.
Notate che: questo lavoro è adatto anche a ragazzi molto giovani; tuttavia essi devono essere consapevoli del proprio punto di vista ed essere abituati ad elaborare criticamente le informazioni.
I ragazzi che sono cresciuti in culture in cui prevale un'ottica "collettiva" troveranno il lavoro difficile e saranno più attenti alle reazioni degli altri. Per ovviare a questi blocchi, la discussione si può iniziare da temi vari (fumare, uscire la sera, etc.) e dalle opinioni in merito alla normalità e all'anormalità legata a queste questioni, sottolineando la diversa pressione esercitata dai gruppi rispetto alla conformità a una qualsivoglia norma sociale.

L'integrazione della diversità

Obiettivo: introdurre il concetto di "diversità" attraverso il tema delle differenze culturali.

Metodo: ponete l'attenzione sugli stereotipi culturali e i pregiudizi che emergono in merito alla percezione di culture diverse dalla propria.
Invitate i ragazzi a raccontare degli episodi della propria vita in cui hanno incontrato persone appartenenti a culture diverse, sperimentando punti di vista e stili di vita differenti dai propri.
Ponete loro alcune domande su come si sono sentiti nell'incontro

con l'altro, se c'è stato qualcosa che li ha spaventati, disturbati o che invece li ha incuriositi, e quando invece, a loro volta, si sono sentiti "diversi" e com'è stata l'esperienza.
In un momento successivo potete proporre ai ragazzi di rappresentare scenicamente l'episodio, suggerendo degli scambi di ruolo tra i personaggi interpretati (per es. il protagonista del racconto può interpretare l'altro percepito come diverso), così da offrire ai ragazzi la possibilità di stare "fisicamente nei panni dell'altro" e di fare l'esperienza di "sentire cosa sente l'altro" in quanto diverso da sé (empatia). Alla fine dell'esperienza chiedete ai ragazzi se e cosa hanno scoperto di nuovo.
Notate che: potete partire da questo tipo di esperienza per ampliare il tema alla diversità sessuale e ai pregiudizi e agli stereotipi ad esso connessi.

Le etichette

Obiettivo: esaminate come funzionano gli stereotipi e evidenziate come l'etichettamento rinforzi i comportamenti stereotipici.

Metodo: incollate sulla fronte di tutti i partecipanti un'etichetta che riporta un aggettivo (per esempio, "pigro", "rozzo", ecc.). Non permettete al partecipante di vedere cosa c'è scritto sulla sua etichetta.
I ragazzi possono guardare le etichette degli altri ma non le devono rivelare. I partecipanti devono, quindi, portare avanti un semplice compito che richiede collaborazione (per esempio, il gruppo deve scegliere una ricetta e cucinare un pasto: dovranno decidere chi farà la spesa, chi cucinerà, chi laverà i piatti, ecc.). Durante l'esercizio gli studenti devono interagire come se gli altri fossero effettivamente così come è indicato sull'etichetta. Interrompete l'esercizio dopo alcuni minuti e discutete gli effetti che esso ha provocato. Di solito i partecipanti si sentono disorientati, a volte frustrati e molti iniziano a comportarsi in maniera coerente con la propria etichetta. Questa è una dimostrazione di come gli stereotipi influiscano inconsciamente su comportamenti propri ed altrui. Estendete la discussione alle etichette usate per lesbiche, gay, bisessuali e transessuali.
Notate che: questo lavoro funziona meglio quando gli studenti si conoscono e hanno un certo grado di confidenza reciproca. Con i gruppi di nuova formazione c'è il rischio che i ragazzi si offendano involontariamente. Cercate di non attribuire le etichette considerate più negative alle persone che sono già escluse dal gruppo classe.

UNA STORIA...

"Buon giorno a tutti," la prof. Steiner salutò la sua classe e lasciò vagare lo sguardo sulle teste dei ragazzi. Alexander si spostava, irrequieto, in avanti e indietro sulla sedia.

Quando il suo sguardo s'incontrò con quello dell'insegnante, Alex s'irrigidì come una colonna di pietra.

"Allora," cominciò l'insegnante tamburellando le dita sul tavolo. "Alexander, ci diresti qualcosa dei tuoi due padri e di come te la cavi con loro?"

Trentadue paia di occhi si piantarono su Alex.

"Me la cavo benissimo," rigurgitò Alex e la sua voce gracchiò come quella di un corvo.

"Che significa due padri?" chiese Kathrin, che non capiva mai quando doveva restare al suo posto.

"Alex?" l'insegnante alzò la voce e lo guardò in modo provocatorio.

"Che cosa può significare?" All'improvviso Alex perse le staffe. Guardò dritto negli occhi i suoi compagni di classe. "Mio padre è gay. Ama un altro uomo. Dunque io ho due padri e una madre." Voleva che la sua voce risuonasse orgogliosa, ma in verità tremava, facendo sorgere qualche dubbio sul suo orgoglio.

"Ma questo è perverso," sussultò Karim. "Ripugnante. Se fossi in loro mi rintanerei nell'angolo più buio della terra e pregherei di tornare normale, invece di mostrarmi in quel modo. Bleah!"

"Mio padre è normale," disse Alexander a bassa voce.

"Qualcuno vuol dire qualcos'altro?" la prof. Steiner si guardò attorno in attesa.

"Esistono delle cure per questo", osservò Kathrin

"Mio padre non ha bisogno di farsi curare" sibilò con rabbia Alexander. "Lui è assolutamente a posto e lo stesso Hans. Le persone come voi, che non riescono ad accettarli, hanno molto più bisogno di una terapia."

"Ma cosa vuoi?" Karim si alzò in piedi minaccioso. "Che cosa diavolo stai dicendo? Vieni qui, idiota, ti faccio vedere io chi è normale e chi non lo è. Sporco finocchio!" Afferrò con forza Alex per le spalle e lo scosse.

La classe ammutolì. La prof. Steiner si passò la mano su un ciuffo di capelli, rimanendo al suo posto come incollata sulla sedia, alcune gocce di sudore le imperlarono la fronte.

Koray si alzò pallido come un cadavere. "Mi scusi", mormorò, "mi sento male."

"Leccapiedi", ringhiò Erkan verso di lui e sputò per terra con disprezzo tra Koray e Alex. "Ancora una parola perversa e sei morto, ragazzo" avvertì Erkan, prima di sferrare un potente pugno ad Alex. Fu semplicemente una questione di fortuna che Alex resistette al colpo senza cadere a terra.

"Questo non si fa, Erkan," affermò l'insegnante presa alla sprovvista. "Ora chiedi scusa ad Alexander e tu, Koray, per favore siediti."

"Io, chiedere scusa a un pervertito?" la derise Karim. " E' lui che deve chiedere scusa a me, professoressa, tanto per mettere le cose in chiaro."

"L'omosessualità è assolutamente normale," balbettò la prof. Steiner.

"Il padre di Alexander non può farci niente se è così."
"Va bene, me ne vado, questo è troppo per me," bisbigliò Alexander. Prima che la prof. Steiner potesse fiatare, Alex era già uscito.
"E' veramente molto gentile da parte sua ricevermi così rapidamente." La prof. Steiner, imbarazzata, fissò la punta delle sue scarpe.
"Professoressa, mi sembra che Alexander sia in una posizione molto difficile nella sua classe: non aveva mai parlato prima ai suoi studenti di omosessualità?"
"Non fa parte del mio programma", rispose la prof. Steiner con un'espressione del viso quasi insolente.
"Purtroppo è vero," confermò il dottor Wyler, il counsellor. "Allora siamo d'accordo: la prossima settimana verrò a lezione con lei."
Nella classe vi era un silenzio di tomba.
"Mi fa molto piacere essere qui con voi oggi. Non voglio annoiarvi con le cifre, ma è praticamente inevitabile. Perdonatemi: ma almeno con me non dovete prendere appunti…", il dottor Wyler fece un sorrisetto complice e alcuni studenti, ragazzi e ragazze, ricambiarono.
"Circa una persona su dieci è omosessuale. Accidenti: questo significa che nella vostra classe sono circa tre. Immaginatevi come deve essere non poter parlare con gli altri di questo, doversi sempre nascondere per paura di essere esclusi."
Il dottor Wyler rifletté sulla classe per pochi secondi "Alcuni di voi devono avere un'idea abbastanza chiara di che cosa si prova a sentirsi esclusi, vero?"
"Ma non è necessario sbandierarlo; il fatto di essere diverso, intendo", disse Erkan sommessamente.
"Le persone sono molto diverse tra loro", affermò Wyler. "Ci sono lesbiche, gay, bisessuali e transessuali che vivono apertamente la loro relazione e che hanno lottato per ottenere il diritto di vivere così, per vedere riconosciute le loro unioni e per il diritto all'affidamento comune dei loro figli. Allo stesso modo, ci sono omosessuali, bisessuali e transessuali che non parlano a nessuno dei loro sentimenti. Alcuni sposano un partner dell'altro sesso e vivono il loro amore per persone dello stesso sesso soltanto in segreto. Ci sono lesbiche, gay, bisessuali e transessuali che vivono in comunità, alcuni che convivono senza volere che la propria unione venga riconosciuta dalla legge e altri che vogliono vivere da soli anche se hanno una relazione. In fondo, non è molto diverso da quello che accade agli eterosessuali."
"L'importante è che due persone si amino veramente: ecco qual è la cosa che conta di più," osò dire Alexander.
"Una bella frase per concludere questa lezione, Alex" s'intromise la prof. Steiner.
"Nel caso in cui qualcuno di voi volesse parlare con me, ecco il mio numero di telefono."
Nel cortile il dottor Wyler si guardò attorno ancora una volta. "Ah, ma tu eri in quella classe, vero?"
Koray annuì. "Grazie dottor Wyler: forse io sono uno di quei tre di cui parlava. Magari un giorno o l'altro verrò da lei per una consulenza."
"Ti vedrò volentieri" disse il dottor Wyler.

Salute e benessere psicofisico
(per gli operatori psico-socio sanitari)

Tenete a mente

Se siete impegnati nell'ambito della salute e del benessere psicofisico di adolescenti lesbiche, gay, bisessuali e transessuali, appartenenti alla vostra o ad altre culture, o con i loro genitori, è molto importante che siate consapevoli delle vostre opinioni sull'omosessualità e le sessualità in genere, e che abbiate qualche conoscenza circa la cultura dell'altra persona. Ognuno ha il proprio stile di vita e probabilmente pensa che quelli degli altri siano meno adeguati. Se non siete consapevoli delle vostre opinioni a riguardo, è più probabile che senza rendervene conto valuterete in maniera negativa alcune scelte di vita altrui.

Le seguenti domande possono aiutarvi a mettere a fuoco il vostro atteggiamento verso le scelte di vita diverse dalla vostra; dopo averci riflettuto, leggete anche quelle rivolte agli insegnanti:

- Che tipo di vita preferite per voi?
- Avete scelto liberamente il vostro stile di vita o sono stati dei fattori esterni a spingervi in quella direzione?
- Perché avete scelto quel particolare stile di vita per voi stessi?
- C'è qualcuno che disapprova il vostro stile di vita? Perché? Come vi comportate a riguardo?
- Quali sono le scelte di vita che vi è facile giudicare positivamente? Quali no? Perché?
- Qual è il vostro atteggiamento, più in generale, verso la diversità sessuale, etnica, religiosa, sociale, economica?
- Conoscete a sufficienza le problematiche degli adolescenti lesbiche, gay, bisessuali e transessuali appartenenti ad altre culture?
  Ad esempio, una persona cresciuta in un contesto fortemente religioso avrà un approccio completamente diverso riguardo l'omosessualità rispetto a un'altra cresciuta in una famiglia meno prescrittiva.

Tenete a mente che esistono svariati modi di avere una vita soddisfacente. Alcuni possono risultarvi completamente nuovi, non sorprendetevi, quindi, se i vostri utenti hanno approcci originali!

Di seguito alcune brevi informazioni che potrebbero essere utili nel lavoro di sostegno ai giovani:

- Agli adolescenti LGBT mancano dei modelli di ruolo positivi. Questo, ad esempio, potrebbe indurli a sentirsi insicuri e ad identificarsi con rappresentazioni stereotipiche degli stili di vita omosessuali fornite dai media. Poter incontrare, quindi, ad esempio, uno psicologo aperto, informato e senza pregiudizi può rappresentare per un giovane un'opportunità per ripensare il proprio stile di vita in base ai propri desideri.
- Mostrate alla persona che non esiste alcun criterio di valutazione oggettiva degli stili di vita. È importante richiamare l'attenzione sul fatto che il criterio essenziale per valutare il proprio stile di vita è il proprio sentimento di felicità e di soddisfazione.
- Informatevi sui gruppi locali di auto-aiuto che facilitano la condivisione di esperienze e vissuti.
- Alcuni adolescenti LGBT possono avere il timore di non poter avere una famiglia in futuro perché non sono eterosessuali. Spesso questa paura è connessa all'insoddisfazione per la loro vita attuale. Tuttavia, molti di essi cambiano idea quando si rendono conto che possono avere un loro tipo di famiglia altrettanto autentica e soddisfacente.

Salute e benessere psicofisico - Domande ricorrenti

Può essere utile leggere anche le domande per gli insegnanti.

Come posso evitare di giudicare certe scelte di vita che disapprovo ?

Nella maggior parte delle situazioni, giudichiamo gli stili di vita degli altri perché non riusciamo ad immaginare come essi siano. Ricordatevi che non vi si chiede di cambiare le vostre scelte ma solo di immaginarne altre possibili, magari con la consapevolezza che alcune persone potrebbero trovare altrettanto singolare il vostro modo di vivere. È del tutto naturale che preferiate uno stile di vita ad altri e che non consideriate equivalenti per voi modi di vivere differenti dal vostro. Tenete a mente però che le vostre opinioni sono adeguate soltanto per la vostra vita e che le cose potrebbero sembrare completamente diverse dal punto di vista di qualcun altro.

Che risposte posso dare ad un utente omosessuale che si sente insoddisfatto della propria vita?

Le persone insoddisfatte della loro esistenza spesso non hanno avuto l'opportunità di fare scelte di vita differenti a causa di limitazioni personali o sociali. È rilevante sottolineare che non esiste un unico modo di vivere da lesbica/gay/bisessuale/transessuale. Oggi ci sono molte più opportunità che in passato per vivere una vita soddisfacente, fuori dai cliché tradizionali. È necessario partire dalla consapevolezza dei propri bisogni e desideri, per poter riconoscere che non si è isolati e che esistono percorsi sociali variegati che possono dare risposta a quei bisogni e desideri, ma anche che sono necessari impegno e rinunce in quanto la costruzione della nostra esistenza "non va in automatico".

Come posso aiutare i miei utenti LGBT a sentirsi meno isolati e a farsi un'idea dei percorsi di integrazione sociale disponibili?

In quasi tutte le città esistono gruppi di auto-aiuto LGBT che potete contattare per ottenere maggiori informazioni sui servizi disponibili e sulle iniziative in corso. Oggi internet è una vera e propria miniera di informazioni su chi è presente nel territorio o facilmente raggiungibile. Partite dagli indirizzi che trovate nell'appendice 2 del Manuale Crossing Diversity, e forniteli senza timore al vostro utente.

Salute e benessere psicofisico - Strumenti

Le due sedie

Obiettivo: esplorare i bisogni interiori, le aspettative esterne e i conflitti che ne derivano.

Metodo: disponete due sedie l'una di fronte all'altra. Una sedia simbolizza le aspettative esterne rappresentate da una persona autorevole e affettivamente significativa, l'altra i bisogni personali. La persona si siede prima su una sedia, poi sull'altra e cerca di esprimere solo i bisogni e gli stati d'animo che quella posizione simbolizza. Come si sente sulle rispettive sedie? Di volta in volta come si sente/cosa sente di fronte a ciò che l'altro esprime? Cosa vorrebbe dire alla persona sull'altra sedia?

Notate che: stare bene con il proprio stile di vita può dipendere dalla sensibilità rispettovalla desiderabilità sociale, e cioè da quanto si cerca di soddisfare le aspettative degli altri.

Lo specchio

Obiettivo: esplorare le immagini di sé.

Metodo: la persona chiude gli occhi e immagina di essere seduta di fronte a uno specchio che riflette la sua immagine. Cosa criticherebbe dello stile di vita della persona che ha di fronte? Cosa ammirerebbe?

Notate che: questa esperienza funziona su due livelli: rispetto all'aspetto fisico (questo è quello che farà la maggior parte degli adolescenti) e rispetto ad altre caratteristiche, sentimenti e comportamenti che voi potete aiutare a collegare con lo stile di vita. Affinché questa esperienza funzioni occorre aiutare a visualizzare se stesso come una persona che sta effettivamente di fronte e ad entrare emotivamente nell'esperienza.

La buona fata

Obiettivo: esplorare i bisogni inconsapevoli o repressi e le fantasie sul futuro.

Metodo: si chiede alla persona di immaginare che arrivi una fata buona e gli domandi come vuole vivere.

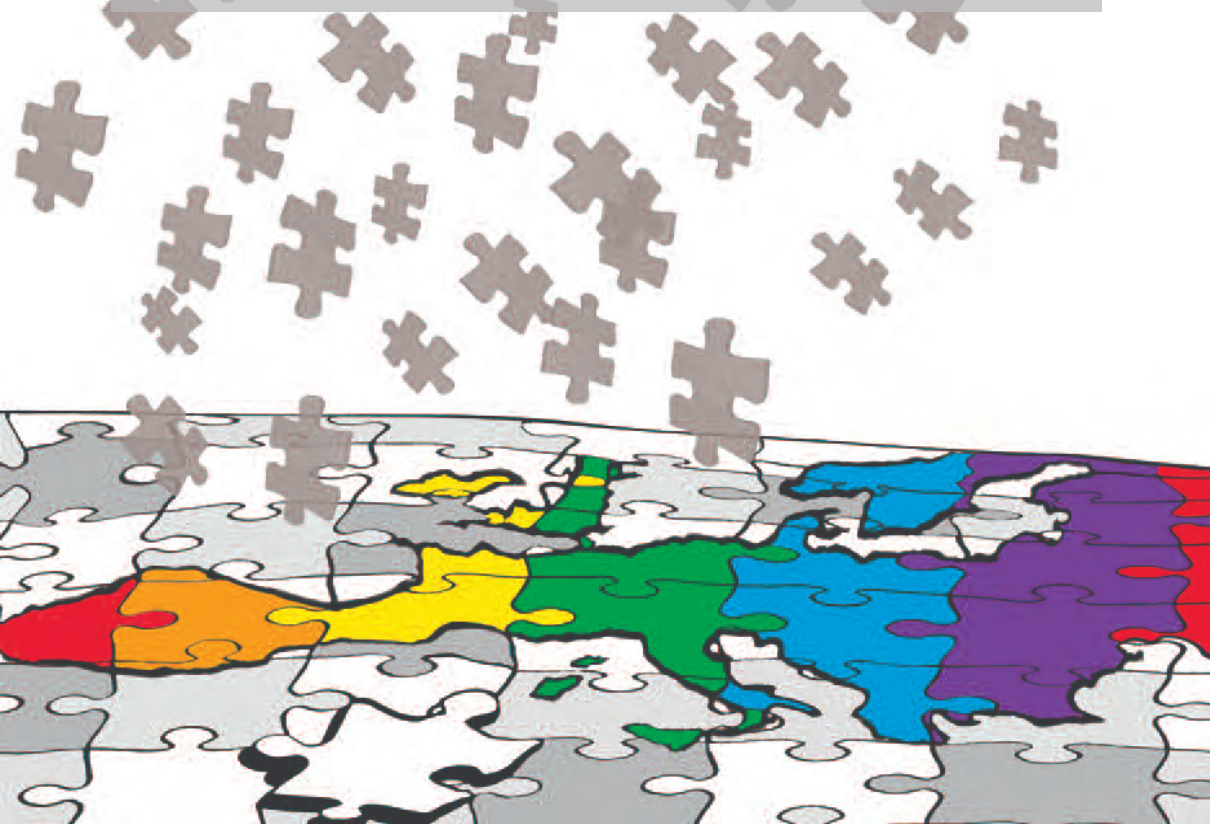
1) Prendete nota scritta delle fantasie espresse dalla persona.
2) Riflettete insieme a lei su cosa le impedisce di vivere effettivamente così come desidera.

Notate che: non è importante verificare se i timori della persona di vivere secondo i propri desideri siano giustificati. Anche nel caso in cui la sua rappresentazione non sia corrispondente alla realtà, dovete prendere seriamente in conto le paure della persona, altrimenti non si sentirà compresa. Le personali costruzioni di sé e del mondo, dei relativi vissuti emozionali elaborati nel tempo, esprimono una verità soggettiva che fa da sfondo significativo all'attuale contesto emotivo dal quale sorgono le scelte della persona e, in qualche misura, la costruzione di tutta la sua vita.

4 Aspetti psicologici e relativi alla salute

Introduzione

Fin dal 1973 l'American Psychiatric Association (APA) ha cancellato l'omosessualità come categoria diagnostica dalla lista del Manuale Diagnostico e Statistico dei Disturbi Mentali (DSM); successivamente, nel 1993, anche l'Organizzazione Mondiale della Sanità ha dichiarato l'omosessualità una variante "normale" della sessualità umana.
Oggi l'attenzione degli psicologi/psicoterapeuti è rivolta a supportare le persone LGBT nel comprendere e accettare il proprio orientamento sessuale e di genere, aiutandole a sviluppare un'immagine di sé positiva e a far fronte ai pregiudizi e alla discriminazione.
In particolare, l'intervento psicologico con i giovani LGBT di origine etnica minoritaria richiede un'attenzione specifica verso alcuni compiti evolutivi: conciliare identità diverse e gestire lo stigma legato a una doppia appartenenza minoritaria. Questi adolescenti possono infatti sentirsi degli outsider sia nel gruppo degli LGBT sia nel proprio gruppo etnico e sentire perciò di dover decidere tra una delle due appartenenze. Tale scelta invece non è affatto obbligatoria e, proprio grazie al lavoro psicologico e al sostegno alla salute e al benessere psicofisico offerto dagli operatori psico-socio sanitari, i giovani possono imparare a trasformare la loro identità doppiamente stigmatizzata in una positiva definizione di sé e in un modo di stare al mondo soddisfacente per sé stessi.



Il Minority Stress

Un numero crescente di ricerche indica il pregiudizio e la discriminazione come fattori rilevanti e misurabili di stress. Queste ricerche mostrano come lo sviluppo psicologico di molte persone omosessuali sia segnato da una dimensione di stress continuativo, macro e micro traumatico, conseguenza, ad esempio, di ambienti ostili, di episodi di stigmatizzazione o casi di violenza reale o temuta. Questo fenomeno va sotto il nome di Minority Stress (V.Lingiardi, 2007) e può colpire chiunque appartenga ad una minoranza stigmatizzata. Nel caso dell'omosessualità possiamo rilevare tre componenti:

1) Omofobia interiorizzata: intesa come atteggiamento negativo o conflittuale più o meno consapevole rispetto ai propri desideri omoaffettivi.
2) Percezione dello stigma: tanto maggiore è il rifiuto sociale percepito nell'ambiente, tanto maggiore sarà il livello di vigilanza relativo alla paura di essere identificato come gay, e maggiore sarà il ricorso a strategie difensive spesso inadeguate. Quanto appena descritto è anche detto "circolo dello stress cronico".
3) Esperienze vissute di discriminazione e violenza: queste possono essere acute in quanto episodi reali o croniche in quanto trasformate in timore costante di essere espulso o rifiutato da un ambiente. Tali esperienze infatti avvengono spesso in un contesto culturale indifferente o addirittura collusivo con stereotipi omofobici interiorizzati e hanno quindi sulle vittime una forte risonanza emotiva che trascende l'evento in sé.

Informazioni di base

Gli effetti del Minority Stress nella vita quotidiana rendono i giovani omosessuali più vulnerabili al disagio psico-sociale. Le ricerche rivelano, infatti, che possono avere un rischio più alto rispetto a: depressione, tentato suicidio, consumo di sostanze stupefacenti, disturbi alimentari, malattie psicosomatiche, drop out scolastico e fughe da casa.
Una delle principali sfide per gli adolescenti omosessuali è quella dell'accettazione di sé. Alcuni ragazzi, infatti, possono avere una paura tale della disapprovazione sociale che, per adeguarsi alle aspettative degli altri, vivono continuamente nascosti dietro una maschera, compromettendo così il proprio benessere. In ogni caso, la paura di reazioni estremamente negative può essere realistica, soprattutto se si vive all'interno di comunità omofobiche. È possibile classificare i problemi di accettazione delle persone LGBT su tre livelli:

1) Problemi "lievi" (utenti giovani, buona rete sociale, famiglia ed amici supportivi); in questi casi un sostegno psicologico e la sensibilizzazione della scuola sono una ottima strategia di intervento.
2) Problemi "gravi" (rete sociale povera, immagine di sé negativa, paura del contatto con altre persone gay e anche eterosessuali, omofobia interiorizzata, retroterra culturale e/o religioso fortemente conservatore); in questi casi è necessario un supporto psicologico più duraturo dentro e fuori la scuola.
3) Problemi "complicati" dalla presenza di disturbi psichiatrici e psicologici come depressione, tentativi di suicidio, disturbi d'ansia. Questi problemi sono così gravi da prendere il sopravvento sulle difficoltà di accettazione e devono essere trattati per primi. In questi casi bisogna attivare un supporto sociale adeguato che integri sia la psicoterapia individuale che (quando necessario) un intervento psico-sociale all'interno dell'istituto scolastico. La funzione terapeutica va incontro a più ampi limiti se parallelamente non vengono attivati interventi educativi e ambientali a tutela dell'adolescente traumatizzato.

Minority stress e coming out

La visibilità rappresenta un'altra sfida per i giovani omosessuali. Uscire allo scoperto, dato che può provocare reazioni negative negli altri, richiede all'adolescente una valutazione complessa delle proprie risorse psicologiche e sociali (*vedi Mappa 1*). Ad esempio, la rivelazione della propria omosessualità ai genitori può causare forti tensioni all'interno della famiglia.
In particolare, gli adolescenti delle minoranze etniche che si imbattono nell'eterosessismo delle loro famiglie e in possibili fenomeni di razzismo all'interno delle organizzazioni omosessuali, rischiano maggiormente di non ricevere il supporto di cui necessitano. Inoltre, l'assenza delle tematiche LGBT nei programmi scolastici di educazione sessuale rende invisibili i giovani omosessuali e di conseguenza i loro bisogni. Infatti, per alcuni adolescenti lesbiche, gay, bisessuali e transessuali, la prima esperienza sessuale può arrivare inaspettata; occorre allora fornire loro le informazioni su aspetti specifici riguardanti la vita sessuale lesbica/gay/bisessuale/transessuale, riconoscendo in questo modo la legittimità delle loro emozioni ed esperienze. Le informazioni sul sesso sicuro e sulla salute più in generale (l'uso di preservativi e lubrificanti, la prevenzione delle MTS e dei tumori ginecologici) sono importanti tanto quanto le informazioni generalmente fornite sulla contraccezione. Alcune organizzazioni LGBT offrono specifiche brochure o interventi nelle scuole su questi temi.

Cosa significa per me?

Gli adolescenti LGBT che si sentono a disagio rispetto al proprio orientamento sessuale e/o alla loro origine etnica, necessitano di informazioni precise, di supporto da parte dei pari e di adeguati interventi di sostegno.
A questo scopo potrebbe essere utile promuovere un corso di formazione rivolto agli insegnanti e agli operatori psico-socio sanitari sulle tematiche LGBT. Questo permetterebbe di aggiornare gli operatori con specifiche e attuali informazioni riguardanti, ad esempio, la visione dell'omosessualità nella società e nelle scienze, il bullismo e la violenza verso le minoranze nella scuola e nella società, la costruzione dell'identità e i compiti evolutivi negli adolescenti omosessuali (relazioni con i pari e la famiglia d'origine), il ruolo dell'insegnante e, ad esempio, dello psicologo nel prevenire e affrontare fenomeni di discriminazione. Altrettanto importante come supporto alla formazione sarebbe fornire dei validi strumenti operativi da utilizzare con i giovani.
L'esperienza di socializzazione degli adolescenti LGBT dovrebbe prevedere, come accade agli adolescenti eterosessuali, il confronto con adulti LGBT competenti. Il focus degli interventi degli insegnanti e degli operatori psico-socio sanitari dovrebbe essere centrato, quindi, sull'importanza delle reti sociali per i giovani, contro l'isolamento sociale (ad esempio, informando sull'esistenza di gruppi giovanili e associazioni LGBT), l' isolamento emotivo (mostrando empatia e quindi possibilità di essere compresi nell'espressione dei propri sentimenti) e l'isolamento cognitivo (mostrando competenza ed interesse sulle tematiche relate all'omosessualità). In questo modo, gli educatori e gli operatori psico-socio sanitari possono contribuire attivamente alla prevenzione dei problemi socio-psicologici dei giovani LGBT.
Le figure impegnate nell'ambito della salute e del benessere psicofisico, inoltre, possono svolgere un ruolo rilevante nell'aiutare le persone ad esplorare le loro emozioni a proposito di tutte le malattie sessualmente trasmissibili e del sesso sicuro. Si tenga presente, infatti, che se un giovane gay o bisessuale si sente a disagio con la propria sessualità, probabilmente non farà alcun tentativo per proteggersi durante i rapporti sessuali. Una bassa autostima influenza infatti negativamente l'assertività nel negoziare con il partner un rapporto sicuro.

Educazione
(per gli insegnanti)

Tenete a mente

- Come posso influire sull'atteggiamento dei miei studenti eterosessuali nei confronti dell'omosessualità/bisessualità/transessualità in modo tale da sostenere i miei alunni LGBT?
- Posso invitare una persona che è dichiaratamente lesbica/gay/bisessuale/transessuale a parlare in classe con i ragazzi? I genitori e gli altri insegnanti non mi criticheranno?
- Come mi sentirei se avessi in classe un adolescente evidentemente LGBT? Come si sentirebbero gli altri studenti? Questa persona verrebbe presa in giro, offesa, emarginata o addirittura aggredita fisicamente dagli altri?
- Come posso far sentire tutti a proprio agio?

  Può essere un'idea quella di vedere in classe un film con personaggi LGBT connotati positivamente o invitare persone appartenenti ad associazioni lesbiche, gay, bisessuali e transessuali ad incontrare la classe. Tali gruppi solitamente promuovono progetti di educazione dei giovani alle tematiche LGBT o alla salute nelle scuole. Questa può essere una strategia efficace; infatti secondo la "ipotesi del contatto" dello psicologo sociale Allport, quando persone di gruppi diversi entrano in contatto tra loro, i pregiudizi si riducono. Inoltre, questo tipo di incontro può anche offrire l'occasione di presentare dei modelli di ruolo positivi agli adolescenti lesbiche, gay, bisessuali e transessuali, fondamentali per la loro autostima.
- Come mi sento quando i miei studenti usano parole come "finocchio" o "checca"? Dovrei ignorare l'uso di queste espressioni verbali o intervenire?

  Anche quando alcune parole sono usate senza l'intenzione di colpire i loro destinatari, esse inevitabilmente contengono un significato offensivo che è di fatto svalutante per tutte le persone LGBT. Questi termini, che spesso vengono utilizzati automaticamente e senza pensare, possono essere usati come occasioni per aprire una discussione in classe nella quale si rifletta sul perché si utilizzano certe parole piuttosto che altre per denigrare gli altri. Fate riflettere i ragazzi su chi potrebbero colpire usando questi termini.

Educazione - Strumenti

Parlare della "normalità"

Obiettivo: individuare il significato statistico, legale e morale del termine "norma" al fine di dimostrare che quello di "normalità" è un concetto tanto storico quanto relativo. Un ulteriore obiettivo consiste nel ricordare ai ragazzi che l'omosessualità non è una malattia ma una variante "normale" della sessualità umana, anche se in alcune culture, l'omosessualità è ancora ritenuta una patologia. Mostrare ai giovani che questa credenza ha degli effetti negativi sulla salute psicofisica delle persone LGBT che vivono in contesti culturali omofobi.

Metodo: ciascun ragazzo deve compilare una scheda nella quale sono riportati alcuni comportamenti e alcune situazioni (per esempio la masturbazione, le unioni omosessuali, l'esclusione dalla propria dieta della carne di maiale, alcune malattie, la disabilità, l'età ecc) sui quali deve esprimere un'opinione circa la loro "normalità".
Notate che: si tratta di un lavoro introduttivo che servirà ad aprire in classe un dibattito sulla relatività storica e culturale del concetto di "normalità".

Brainstorming sul tema della salute

Obiettivo: approfondire il tema della salute e dei suoi significati.

Metodo: chiedete alla classe il significato della parola "salute". Raccogliete tutte le risposte senza operare nessun tipo di selezione e discutetele prima in piccoli gruppi e poi tutti insieme.
Notate che: i ragazzi dovrebbero già conoscere i concetti di "stigma" e "discriminazione". Specificate che la salute non riguarda soltanto il corpo, ma anche la qualità delle relazioni dell'individuo con l'ambiente sociale e la capacità di ognuno di affrontare i problemi.
Ricordate che lo stigma influenza in vari modi l'autostima e perciò ha un impatto sulla

Educazione - Domande ricorrenti

Può essere utile leggere anche le domande del paragrafo Salute e benessere psicofisico.

Quali sono le ripercussioni emotive di una "offesa verbale"?

Un proverbio italiano dice: "ferisce più la parola che la spada!". In effetti, un'offesa verbale tende a ridicolizzare, disprezzare e/o negare una parte dell'identità di una persona, provocando senso di vergogna e di colpa e influenzando negativamente l'autostima. Nel caso delle lesbiche, dei gay, dei bisessuali e dei transessuali gli insulti verbali colpiscono soprattutto la loro identità sessuale, rendendo particolarmente problematico il coming out. Se un insegnante è indifferente all'uso delle offese verbali, i bulli possono credere di essere autorizzati a continuare a colpire gli altri e le vittime possono sentirsi indifese.

salute delle persone. I gruppi stigmatizzati hanno minori risorse sociali per gestire questi problemi.

Educazione socio-affettiva:"discutiamo bene?"

Obiettivo: insegnare ai giovani ad esprimere i propri sentimenti e a relazionarsi con gli altri in maniera rispettosa delle diversità di ognuno.

Metodo: stare bene con se stessi e con gli altri significa anche saper gestire i conflitti, riuscendo ad esprimere il proprio pensiero, senza offendere gli altri.
Chiedete alla classe in che modo si può "litigare in pace". Un punto fondamentale della discussione dovrebbe essere l'uso della prima persona singolare ("io") anziché della seconda ("tu"); questo serve a usare i propri sentimenti come punto di partenza in un conflitto, così che l'altra persona non si senta attaccata. È importante che tutti possano parlare liberamente senza il timore di sentirsi giudicati e senza prevaricare.
Notate che: si tratta di un lavoro introduttivo. Ricordate che la salute e il benessere psicofisico dipendono dalla nostra capacità di relazionarci con gli altri.

L'opinione degli altri

Obiettivo: conoscere gli effetti del giudizio degli altri sul benessere delle persone

Metodo: proponete film o libri che parlino di diversità (culturale, sessuale, ecc.); fate discutere i ragazzi sui vantaggi e gli svantaggi della diversità emersa e quale/i sentimento/i immaginano possa/no essere associato/i a tale vissuto di diversità dei protagonisti; fate confrontare i giovani tra loro su questo tema. Potete ampliare la discussione stimolando l'attenzione su episodi di diversità personale che i ragazzi vogliono condividere, e sulle emozioni associate a tali esperienze vissute, e attivare un ulteriore confronto su quanto emerso.

Uno dei miei studenti, che credo sia gay, sta vivendo un momento molto difficile, ma non si apre con me; ritengo non riesca ad accettarsi. È meglio inviarlo da uno psicologo?

A volte anche un piccolo gesto può dare un grande sostegno a un ragazzo. In alcuni casi, l'intervento di un insegnante comprensivo può essere efficace tanto quanto quello di un professionista. L'insegnante può trattare l'omosessualità nel corso della sua lezione sulla letteratura, per esempio, presentando un autore gay o lesbica, così da mostrare, in modo indiretto, un atteggiamento positivo verso l'omosessualità. Senza alcun dubbio il ragazzo riceverà il messaggio, si sentirà rassicurato e magari si avvicinerà per parlare di sé con l'insegnante.

Salute e benessere psicofisico
(per gli operatori psico-socio sanitari)

Tenere a mente

Lavorare con giovani LGBT in maniera efficace è assolutamente possibile, soprattutto se si è disposti a immedesimarsi in un'esperienza che talvolta può non appartenerci, ma che è, nelle condizioni di fondo, simile alla nostra. Nel contempo è corretto non presumere che ogni aspetto sia comprensibile; esistono forti variabili personali, culturali, religiose che influiscono sul significato che ognuno di noi dà alla propria e altrui esperienza. Dunque è meglio fare domande al giovane su quale siano i suoi vissuti di essere lesbica/gay/bisessuale/transessuale e/o appartenente ad una etnia o cultura specifica, piuttosto che dare le cose per scontato.
Non bisogna dimenticare che non tutti i giovani LGBT, né le persone appartenenti ad una minoranza stigmatizzata hanno problemi specifici in merito al proprio orientamento psico-affettivo. Meglio non problematizzare nulla di propria iniziativa e permettere al giovane di esplicitare autonomamente se ha un problema e quale è.
Per ampliare le conoscenze sul tema, consultate il glossario, gli indirizzi, la sitografia, la bibliografia, la filmografia presenti nel Manuale di Crossing Diversity e prendete contatto con i Circoli e le Organizzazioni presenti nel vostro territorio.
Infine, prima di un intervento, riflettete sui vostri pregiudizi, sulle vostre reali conoscenze, psicologiche e in tema di salute, relative alla comunità LGBT. Comprendete a fondo le vostre opinioni in merito alla omosessualità e bisessualità poiché esse vi guideranno inevitabilmente nell'ascolto del giovane che starete per incontrare.

Nel caso in cui le problematiche evidenziate in un ragazzo abbiano a che fare con disagi derivanti dall'appartenenza ad una minoranza stigmatizzata, come quella omosessuale o etnica o religiosa (Minority stress), oltre al sostegno individuale, è auspicabile un lavoro con la sua classe o con l'intero istituto scolastico. Ecco alcuni esempi di intervento possibile:

- Individuare le minoranze presenti nella classe/scuola e organizzare dei lavori con gli insegnanti, intorno alle culture identificate.
- Invitare rappresentati qualificati della comunità LGBT o etnica per discutere con gli alunni.
- Sensibilizzare i colleghi e le istituzioni.
- Favorire la nascita di gruppi di studio o di collettivi studenteschi democratici composti da quelle minoranze (come avviene in molte università europee), che si occupino di sensibilizzare i compagni e l'istituto scolastico.
- Individuare con il corpo docente una metodologia condivisa di stigmatizzazione degli insulti omofobici e razzisti e di presa in carico di fenomeni di bullismo omofobico e razziale.

UNA STORIA...

Oggi andrò a trovare Chloé a Fontenay. Stiamo insieme da più di un anno e finalmente vedrò la sua casa.

Penso al giorno in cui ho incontrato Chloé. Abbiamo chattato nella chat di Triangle riservata ai giovani per tre mesi prima di scoprire, per caso, di essere vicine di casa. Niente Francia, niente Austria, Olanda o Italia, no: Fontenay e Parigi. A un tiro di schioppo l'una dall'altra. Così, ovviamente, abbiamo fissato un appuntamento.

Elsa e Chloé, un incontro reale.

Mio Dio, mi sono arrovellata il cervello a pensare cosa avrei fatto se Chloé fosse stata brutta o stupida, chattando non si può mai sapere. A mia madre ho preferito non dire nulla di questa storia della chat. È veramente sciocco il suo timore, perché anch'io chatto e lei non penserebbe mai che qualcuno dovrebbe avere paura di me. Adesso, comunque, non fa nulla; a mamma Chloé piace, e questa è la cosa più importante.

Accidenti, ora devo proprio andare, altrimenti oggi non arriverò più a Fontenay.

Un'occhiata allo specchio, la giacca,le chiavi ed eccomi fuori rapidamente.

Il padre di Chloé è proprio un problema, pensò due ore dopo, sentendosi a disagio.

"Tra un'ora devi essere di nuovo qui, è chiaro?" aveva detto fulminando Chloé con lo sguardo. Chloé era così impaurita che io mi sentivo di ghiaccio.

"Vieni Chloé." La presi per mano e scappai con lei più velocemente possibile.

"Tuo padre è sempre così?" Pensierosa, gettai un paio di sassi nel laghetto.

Chloé annuisce in maniera guardinga. "Mi vuole bene, per questo." La sua voce sembrava triste. "Sono la sua unica figlia. Lo fa per il mio bene."

"Ma non è giusto rinchiuderti in casa."

"Sì, lo so" Chloé sorrise un po' imbarazzata.

"Non mi avevi mai detto che ti controlla in questo modo."

"Tu non l'avresti mai capito. Papà ha un cuore d'oro, se lo si conosce a fondo."

"Non riesco proprio a immaginarlo", mormorai.

"Non litighiamo per questo, per favore. Tra poco devi già tornare a casa ed io sono così contenta di vederti."

Tirai piano Chloé vicino a me e baciai le sue labbra.

Il mio corpo divenne elettrico. Avvertii la sua eccitazione e mi riscaldai dappertutto.

"Tu, puttana pervertita!" Mi sollevò di colpo per i capelli e mi spinse rozzamente verso il lago. "Non farti mai più vedere, puttana."

Gli occhi disperati di Chloé incontrarono i miei.

E quella fu l'ultima volta che la vidi.

"Tesoro, che cosa ti succede?" mia madre mi scrutò preoccupata."Perché Chloé non viene più? Avete litigato?"

"Non è a causa sua, mamma."

"Elsa penso che dovremmo parlare di questo. Hai perso almeno cinque chili nelle ultime settimane. Qualcosa non va. Vorrei solo sapere che cosa ti affligge."

"Lo so mamma. Mi dispiace, ma devo andare ora. Ci vediamo più tardi!"

Veloce, devo andare via. Se guardo fuori dalla finestra oggi, è tutto grigio. Anche se splende il sole. La mia colazione non sa di nulla. Le risate degli altri nel cortile mi risuonano nelle orecchie.

Sento che ogni tanto mi parlano, ogni tanto rispondo. Ma, per favore, non chiedetemi nulla di quello che provo! A confronto con me, un robot sembra quasi umano. Mi aggrappo alla scuola perché nient'altro ha senso. Ovviamente la mamma ha ragione.

La scorsa settimana abbiamo scritto una favola moderna, di nostra invenzione. La mia iniziava così: "Un giorno una forza ultraterrena rovesciò una campana di vetro sul mondo. Ma nessuno se ne accorse…" proseguiva in maniera piuttosto terribile e si concludeva fatalmente. Ho avuto il massimo dei voti, ma non mi serve più neanche questo.
"Quanto la favola che hai scritto ha a che fare con te?", mi chiese la prof. Dupont dopo la lezione. Mi strinsi nelle spalle.
"Sei giù di corda da settimane, ormai. Problemi a casa?"Scossi la testa senza parlare.
"Sei infelicemente innamorata?" La guardai stupita.
"Si tratta di una ragazza, vero?" chiese la prof. Dupont dolcemente.
"Non è colpa sua", bisbigliai e l'argine si ruppe. "È suo padre", dissi singhiozzando.
"Elsa, ti do il numero di telefono di alcune persone che aiutano i giovani gay e lesbiche, 'Ligne Azur'. Saranno sicuramente in grado di aiutarti. Le cose andranno bene, vedrai."
"Come conosce il centro di consulenza?"
"Non sei l'unica ragazza lesbica della scuola." La prof. Dupont mi fece l'occhiolino. Per la prima volta da settimane avvertii un filo di speranza.
Raccontai a Marie, la mia counsellor, l'incubo che mi tormentava da settimane e che non riuscivo a capire. Un mostro mi annegava in un laghetto, ridendo in maniera perfida. E all'improvviso rividi la scena davanti a me, molto chiaramente.
"Il padre di Chloé mi ha tirato via per i capelli e poi mi ha insultato. Mi ha spinto verso uno stagno." Per la prima volta ho riprovato quel terrore, lo avevo quasi dimenticato.
"Il padre di Chloé ti ha afferrato per i capelli? Non lo sapevo questo. Forse il tuo sogno mostra quanto il padre di Chloé ti abbia ferito. Hai mai parlato di questa aggressione a qualcuno?" Scossi in silenzio il capo. "Ritiene che sia questo il motivo per cui mi sento in questo modo? Io pensavo fosse per il fatto che Chloé da settimane ormai parla solo di suicidio e io non posso aiutarla. Non sono stata neanche in grado di difendermi da suo padre. Mi sento così male."
"Certo, è comprensibile. Ti sei resa conto di quanto suo padre può farti del male. È naturale che tu ti senta disperata e impotente. Così impotente come quando vorresti aiutare Chloé e non sai come."
"Pensa che ci sia un nesso tra le due cose?" chiesi con un filo di voce.
"Tu cosa ne pensi, Elsa? Se il padre di Chloé non ti avesse intimorito così tanto, avresti affrontato la situazione molto meglio. Forse ti stai sentendo esattamente come allora, al momento dell'aggressione."
"Mi sono così vergognata. Mi sono sentita così sporca. Come se mi avesse coperto di sputi dalla testa ai piedi."
"È proprio quello che ha fatto," disse Marie. "È bene che tu ne parli. È l'unico modo di venire fuori dal tuo senso di impotenza. E una volta fuori, allora potrai iniziare a pensare che cosa puoi fare per Chloé, cosa ne dici?"
Tutto quello che diceva Marie suonava così logico, e semplice e buono. Non avrei mai immaginato che una situazione simile avrebbe potuto scuotermi così nel profondo.
Ma Marie ha ragione. Ricordo quanto mi sono sentita al sicuro e protetta e sincera con Chloé. In quel frangente le mie difese erano completamente abbassate e naturalmente ero più vulnerabile. E dopo l'aggressione del padre di Chloé non riuscivo più ad andare avanti. Solo ora riesco a rendermene conto.

Salute e benessere psicofisico - Strumenti

Nella maggior parte delle situazioni sociali si parte dal presupposto che le persone siano eterosessuali; anche per questo motivo il coming out per molte lesbiche, gay, bisessuali e transessuali può risultare difficile. L'operatore psico-socio sanitario può facilitare questo processo di svelamento utilizzando un linguaggio neutrale che non dia per scontato nulla della vita personale dell'utente.
Premesso che per omofobia s'intende l'assunzione di significati negativi circa l'omosessualità, trasmessi nel corso della vita da parte di altri e dalla società in generale, l'operatore psico-socio sanitario deve chiedersi se i problemi che la persona vive sono legati esclusivamente alla sua condizione di omosessualità o anche ad altri aspetti della sua esistenza e valutare se è necessario affrontare direttamente la questione dell'orientamento sessuale, focalizzando il proprio intervento solo su questo tema, o se lasciare nello sfondo tale aspetto in quanto non rilevante ai fini del sostegno alla salute e al benessere dell'utente.
Se avete la sensazione che i problemi di una persona derivino da aspetti legati al suo orientamento sessuale, potete esplorare quest'area ponendo alcune domande, ma fate attenzione a porle con tatto e con cautela così da rispettare tempi dell'utente e non costringerlo a svelare il proprio orientamento sessuale, qualora non lo ritenga opportuno.
Se la persona appartiene a un altro background etnico o culturale, fate attenzione agli stereotipi interiorizzati, sia culturali che religiosi, in quanto i problemi relativi all'orientamento sessuale possono essere diversamente rilevanti secondo l'influenza che esercitano la religione, la cultura e la famiglia di appartenenza.
Durante il lavoro di sostegno ai giovani potete dunque rivolgere l'attenzione ai conflitti che possono sorgere tra i valori familiari, quelli religiosi e le norme culturali della società di appartenenza con i valori e le norme proposte dalla società ospite sia rispetto alla sessualità in se stessa sia rispetto alle preferenze omo/bisessuali.
Ricordatevi che non tutte le lesbiche e non tutti i gay o i bisessuali hanno problemi con il loro orientamento sessuale.
Il tema è quello di trovare un equilibrio tra l'esplorazione del vissuto di omosessualità e del vissuto relativo ad altri aspetti problematici dell'esistenza.
Questo compito può essere particolarmente delicato quando si ha a che fare con gli adolescenti che, per motivi evolutivi, si stanno interrogando sulla propria identità.

Lavorare sull'autostima

Obiettivo: indagare l'impatto dell'omofobia interiorizzata.

Metodo: consegnate alla persona un foglio nel quale dovrà scrivere 10 aggettivi che la rappresentano.
Chiedetegli quindi di scrivere altri 10 aggettivi che rappresentano, invece, come vorrebbe essere. Ora chiedete di contraddistinguere ogni aggettivo con un segno positivo o negativo. Esaminate il significato degli aggettivi, confrontate le due liste ed esploratene i significati personali.
Notate che: questo esercizio può essere usato per esaminare come la persona percepisce se stessa: non necessariamente l'orientamento sessuale è implicato in questa autopercezione, ma consente di verificare se esso rappresenta un'area problematica.

Le rappresentazioni dell'omosessualità

Obiettivo: aiutare la persona a riconoscere le influenze esterne sulla sua rappresentazione di sé come lesbica/gay o bisessuale.

Metodo: rivolgete alla persona le seguenti domande:
- Come si poneva l'ambiente sociale nel quale siete cresciuti nei confronti delle persone LGBT?
- Venivano accettate o tollerate?
- Le lesbiche e i gay venivano allontanati o condannati?
- Qual è il primo libro, spettacolo televisivo o film che ricorda nel quale venivano menzionati le lesbiche e i gay?
- Qual era il tono di questo libro, spettacolo o film?
- In che modo veniva descritto il personaggio lesbica o gay? Era una figura positiva o negativa? Ne ha parlato con qualcuno? Se si, in che tono?

Notate che: questo lavoro può essere svolto con le persone che mostrano un alto livello di omofobia interiorizzata e che aderiscono a rappresentazioni stereotipate dell'omosessualità.

Salute e benessere psicofisico - Domande ricorrenti

Può essere utile leggere anche le domande per gli insegnanti.

E' vero che lesbiche, gay e bisessuali hanno più problemi psicologici degli eterosessuali? Se sì, perché?

Non esiste nessun nesso causale tra l'orientamento sessuale e l'aumentato rischio di problemi psicologici. I risultati delle ricerche dimostrano che lesbiche, gay e bisessuali presentano una vulnerabilità maggiore a problemi di carattere psico-sociale a causa del Minority Stress di cui sono vittime. Ad esempio, le lesbiche, i gay e i bisessuali che hanno fatto esperienza di discriminazione all'interno della propria famiglia è più probabile che abbiano difficoltà ad affrontare lo stress. Bisogna ricordare loro che i desideri legati al proprio orientamento sessuale sono una variabile normale della sessualità umana e che i problemi da affrontare sono un'eventuale omofobia interiorizzata e il pericolo di discriminazione.

Come intervenire con un giovane omosessuale che è molto depresso e che, presumo, soffra di problemi di accettazione? Come lavoro sull'omofobia interiorizzata?

Prima di tutto, occorre capire se la depressione è in effetti dovuta a difficoltà nell'accettazione di sé (omofobia interiorizzata) o se sono coinvolti altri fattori. Una volta stabilito che la difficoltà riguarda l'accettazione di sé, si può iniziare chiedendo al ragazzo che cosa pensano i suoi genitori dell'omosessualità e come si sentono rispetto ad essa, esplorando, in questo modo, gli stereotipi interiorizzati. Si può aiutare il ragazzo ad individuare chi sono le persone significative portatrici di tali stereotipi e quali sono i valori che con essi sono stati trasmessi. Allo stesso tempo si può aiutare il ragazzo ad individuare altre persone significative che invece non condividono lo stereotipo trasmesso, individuando i valori di cui essi a loro volta sono portatori. Un ulteriore aspetto su cui si può riflettere è se tra queste persone con valori diversi sia possibile una relazione affettiva e su cosa può essere basata.

I migranti lesbiche, gay e bisessuali sono maggiormente esposti al rischio di presentare problemi psicologici?

Se una lesbica, un gay o un bisessuale appartiene a una cultura in cui l'omosessualità è considerata una malattia, un peccato o un reato, è probabile che abbia maggiori difficoltà relative all'auto-accettazione. Ad esempio, un adolescente potrebbe sentire di tradire le aspettative dei familiari e i valori della comunità alla quale appartiene, non potendo, quindi, contare su un sostegno adeguato in un contesto in cui l'integrazione sociale risulta per lui già difficile.

Le lesbiche, i gay e i bisessuali appartenenti ad altre minoranze possono, infatti, incontrare ostacoli anche all'interno della stessa comunità omosessuale: come per il resto della società, anche qui possono esservi persone che pensano e agiscono in modo razzista. Oggi tuttavia è possibile trovare su internet e nelle grandi città gruppi religiosi formati da omosessuali credenti. Questi gruppi stanno pian piano portando il dibattito sui temi LGBT all'interno delle proprie comunità religiose. Sono sempre più frequenti anche pubblicazioni e libri su tali argomenti. Stimolate i vostri utenti a prendere informazioni per questa via. Scopriranno di essere meno soli di quanto credano.

Devo informare i ragazzi LGBT sulle MTS e sull'HIV?

Gli studi più recenti indicano che il rischio di contrarre MTS e HIV oggi è identico tanto nei giovani maschi eterosessuali che in quelli gay; nelle ragazze invece è maggiore per le eterosessuali che per le lesbiche. Dunque è utile per tutti essere maggiormente informati e ricevere da un operatore psico-socio sanitario che stimano e ritengono autorevole dei consigli pratici. Quando parlate di salute sessuale cercate di mettere in rilievo gli aspetti positivi e gioiosi della sessualità. Può essere difficile scambiare le proprie esperienze con altri giovani (questo vale in particolar modo per i giovani gay e bisessuali), così spesso i ragazzi devono imparare tutto da soli.

Se pensate di aver bisogno di sostegno per informare i giovani sui temi dell'educazione ad una sessualità responsabile potete chiamare in classe degli esperti mandati da associazioni LGBT che si occupano di questo. Oppure chiedere loro del materiale informativo e metterlo a disposizione della classe. Oppure fornire una lista preselezionata e affidabile di associazioni che si occupano di questi temi.

Occorre raccomandare quindi ai giovani l'uso del profilattico quando si pratica il sesso penetrativo. Incoraggiate gli adolescenti a usare preservativi affidabili (non quelli adatti solo per i rapporti orali come i preservativi cosiddetti "fun") e il lubrificante. Se prevedono di avere un rapporto orale dovrebbero sapere che il sesso orale senza preservativo li può esporre al rischio di contrarre MTS (ad esempio, l'epatite). Se un adolescente dovesse ammalarsi di una MTS o avesse qualsiasi altro problema di salute, dovrebbe rivolgersi al più presto a un medico, senza vergogna o senso di colpa: la molte MTS sono curabili.

Le lesbiche sono esposte ai rischi dell'HIV e delle MTS?

Nonostante il rischio di contrarre HIV o qualsiasi altra MTS sia più basso per le lesbiche, non esiste il rischio zero. Il contagio può avvenire tramite il contatto tra la saliva e il sangue e tramite l'uso reciproco di gadget erotici. Un'altra via di contagio è la trasmissione di un'infezione o di una malattia contratta in un precedente rapporto eterosessuale. Molte lesbiche credono erroneamente di non essere esposte ad alcun rischio anche quando hanno contatti eterosessuali. A causa di queste convinzioni sbagliate tendono anche ad evitare le visite ginecologiche accrescendo, in questo modo, le probabilità di sviluppare tumori, che non vengono diagnosticati in tempo, e altre malattie.

5 Il sostegno agli adolescenti omosessuali, bisessuali e transessuali (LGBT) e il contrasto al bullismo omofobico

Introduzione

Per iniziare

Gli adolescenti LGBT possono aver bisogno di un sostegno per motivi diversi. A volte queste richieste hanno a che fare con il loro orientamento sessuale, altre volte no. Ecco alcune domande tipiche: "Sono gay?" "Mi sento attratta anche dalle donne. Sono bisessuale?" "A chi lo posso dire?" "Come posso affrontare la situazione?".

Inoltre spesso i ragazzi manifestano il proprio disagio, ad esempio attraverso l'abbandono scolastico, l'isolamento, il consumo di sostanze stupefacenti, ecc.

È difficile entrare in contatto con quegli adolescenti che non si rivolgono ai servizi pubblici preposti all'aiuto e al supporto dei giovani in difficoltà. Per questo motivo la scuola rappresenta un buon contesto nel quale raggiungere un ampio numero di ragazzi e affrontare tali tematiche. È, in effetti, il luogo in cui i giovani possono essere educati al rispetto e dove gli adolescenti LGBT e coloro che non sono sicuri della propria identità sessuale possono essere rassicurati.

Tuttavia la scuola è un luogo tanto importante quanto complesso. È noto che i fenomeni di bullismo sono estremamente diffusi e le vittime spesso sono coloro che appartengono a gruppi sociali stigmatizzati (donne, minoranze etniche e sessuali, persone con handicap, ecc.).

Informazioni di base

Che cos'è il *bullismo omofobico*?

Questa espressione si riferisce a comportamenti di oppressione psicologica, verbale o fisica, continuati nel tempo, ad opera di una persona o di un gruppo, auto ed etero percepiti come più potenti, nei confronti di un'altra persona percepita come più debole, che non sa o non può difendersi.

Spesso al bullismo non si dà molta importanza perché lo si confonde con i normali conflitti o litigi tra giovani. Invece il bullismo ha caratteristiche particolari.

Vi proponiamo un breve schema che evidenzia le differenze tra bullismo e conflitto:

Che cosa è il bullismo?	Che cosa è un conflitto?
un ripetersi di eventi frequenti e che durano nel tempo	evento che capita occasionalmente
sia il bullo che la vittima percepiscono uno squilibrio di potere spesso confermato dall'ambiente circostante	chi partecipa si percepisce reciprocamente "alla pari", ognuno può manifestare le proprie ragioni.
il bullo non ha empatia né compassione	è possibile mettersi nei panni dell'altro e quindi mediare, trovare degli accordi
il bullo vuole fare del male con intenzione	qualsiasi parte può interrompere la lite, nessuno vuole fare del male intenzionalmente
la persona presa di mira è sempre la stessa	le persone in conflitto possono cambiare

Attenzione: il tratto distintivo di un atto di bullismo è che il bullo dà la colpa del proprio comportamento violento alla sua vittima, non per qualche torto subito ("l'ho insultato perché mi ha spinto"), ma per ciò che l'altro è in se stesso ("l'ho insultato perché è nero/gay/secchione/povero" etc).

Per bullismo omofobico si intende dunque un comportamento oppressivo che ha come pretesto l'orientamento sessuale della vittima (gay, lesbica, bisessuale, transessuale, etc).

Bisogna ricordare che nel fenomeno dell'omofobia, e del bullismo ad essa collegato vanno inseriti anche quei commenti dispregiativi nei confronti delle persone LGBT che sono frequenti nel linguaggio comune.

L'uso di tali commenti non danneggia solo le persone LGBT, poiché alcuni termini o aggettivi vengono spesso usati per sanzionare un ventaglio più generale di comportamenti. Le vittime di questo abuso sono infatti anche coloro che non rispettano gli stereotipi o le aspettative di genere: ragazzi sensibili o timidi, ragazze sportive o espansive, che non si adeguano ai rigidi canoni di "maschio" o "femmina" e vengono quindi percepiti come omosessuali e per questo offesi. Anche coloro che hanno familiari gay possono divenire vittime di angherie o insulti e soffrirne.

Le difficoltà istituzionali che si possono incontrare se si vuole proporre un servizio di sostegno alla salute e al benessere psicofisico che si rivolga in maniera specifica a lesbiche, gay, bisessuali e transessuali sono numerose e varie. Quando, ad esempio, un insegnante tratta con i giovani tematiche LGBT può sollevare le perplessità dei genitori e dei dirigenti scolastici.

Per superare queste difficoltà, di solito è sufficiente inserire tali temi in un lavoro più ampio finalizzato a combattere il bullismo, che riguarda molte fasce sociali presenti nella scuola e nel territorio e allarma gli adulti.

Gli adolescenti esprimono costante curiosità rispetto al tema della sessualità e gli adulti trasmettono i loro valori a riguardo mediante parole, silenzio, comportamenti sia espliciti che impliciti. Restare in silenzio significa aumentare l'isolamento delle vittime del bullismo omofobico. Al contrario usare disinvoltamente parole comuni che in realtà sono insulti (come "frocio", "finocchio" ecc;), significa rafforzare un'immagine negativa dell'omosessualità, per cui essere paragonati a una persona omosessuale diviene di per sé un'offesa. Affrontare il tema dell'omosessualità insieme a quello dell'eterosessualità in maniera professionale a scuola o in ambito psico-socio sanitario è qualcosa di diverso dal "promuovere" tali argomenti.

Si ricordi che la questione dell'orientamento sessuale è rilevante per numerosi adolescenti. Se il 5-10% di tutta la popolazione ha un orientamento omosessuale e la percentuale di coloro che hanno rapporti omosessuali è ancora più alta, ogni insegnante avrà in classe almeno una/un ragazza/ragazzo LGBT.

Che cosa significa per me?

- Bisogna individuare, analizzare e contrastare ogni forma di bullismo dentro e fuori la scuola.
- Si potrebbe promuovere l'accettazione delle minoranze etniche e delle persone con diverso orientamento sessuale e dei loro stili di vita, sia nei documenti ufficiali dell'istituto scolastico (dichiarazione d'intenti, circolari, ecc.) sia nell'approccio pratico al lavoro.
- Offrire una varietà di servizi (prevenzione, interventi, formazione ecc.) permette di raggiungere meglio il target.
- Gli insegnanti e gli operatori psico-socio sanitari possono riflettere all'interno del loro luogo di lavoro su come andare incontro, in modo mirato, ai bisogni degli adolescenti LGBT con un'identità etnica minoritaria.
- Gli insegnanti e gli operatori psico-socio sanitari possono creare una rete con altre istituzioni professionali per avere accesso a conoscenze specifiche e all'esperienza di specialisti di minoranze etniche e/o sessuali.
- Può essere utile mettersi in contatto con gruppi di sostegno e di auto-aiuto del territorio: le minoranze sessuali hanno bisogno di questi servizi soprattutto per avere modelli di ruolo positivi.
- Occorre prestare attenzione agli indicatori di qualità (ad esempio, nel caso di una struttura che offre sostegno psicologico a lesbiche, gay, bisessuali e transessuali: il pensiero cui si ispira, il tipo di comunicazione al suo interno, la cooperazione con altri servizi sanitari, ecc.).

Educazione
(per gli insegnanti)

Tenete a mente

L'omofobia è una forma di discriminazione grave quanto il razzismo, l'antisemitismo e le manifestazioni di odio, però è molto più tollerata. Non intervenire equivale a legittimarla. Se vi capitasse di udire o di leggere su una parete della classe l'espressione "sporco negro" o "morte agli ebrei", rimarreste in silenzio?

Gli insegnanti e gli operatori che lavorano con i giovani possono riflettere sui seguenti punti:

- Qual è il vostro personale livello di *comprensione* dell'omosessualità e degli stili di vita ad essa connessi?
- Qual è il vostro personale livello di *impegno* sull'argomento (cercate di valutarlo obiettivamente: quanto desiderate occuparvi di questo tema? Dove e quando potete dichiarare la vostra opinione? ecc.).
- Qual è, in generale, il livello di *accettazione* dell'omosessualità e degli stili di vita omosessuali all'interno della vostra istituzione (l'atteggiamento dei dirigenti scolastici, dei colleghi, della direzione, ecc.)?
- Qual è il livello generale di *accettazione* dell'omosessualità tra i genitori (e negli organi che li rappresentano)?
- Qual è la *situazione generale* dei ragazzi LGBT a scuola o nell'ambito del gruppo giovanile in cui lavorate? Com'è l'interazione con gli altri adolescenti? Esistono fenomeni di bullismo?
- Poiché spesso gli *episodi di bullismo* avvengono fuori dalle classi o dalle scuole, è possibile migliorare le competenze del personale non docente (collaboratori scolastici, segretari, personale di pulizia o sorveglianza, gestori dei bar vicino la scuola, ecc.) per prevenire o contrastare il bullismo omofobico e le discriminazioni legate all'orientamento sessuale e all'appartenenza etnica?
- *L'omofobia* non riguarda solo le persone lesbiche, gay, bisessuali o transessuali (LGBT), ma tutti. Chiunque dei vostri studenti, colleghi o amici potrebbe avere un parente o un amico LGBT e sentirsi ferito per un commento omofobico.
- Il *silenzio* a proposito delle tematiche LGBT o *l'imbarazzo* con cui gli adulti le trattano aumenta la vulnerabilità e l'isolamento degli adolescenti LGBT di fronte ai soprusi. Questo può determinare il seguente circolo vizioso: l'adolescente omosessuale vittima di bullismo, consapevole di vivere in un ambiente indifferente o ostile, non porta all'attenzione del personale scolastico le aggressioni di cui è vittima e si isola. Così facendo egli diventa più facilmente bersaglio di atti di bullismo.
- affrontare e risolvere episodi di bullismo e di emarginazione omo o transfobica migliora la qualità della vita, non solo delle minoranze in questione, ma del gruppo classe o del contesto nel suo insieme, in quanto aiuta a sviluppare la consapevolezza ed una mentalità più aperta e flessibile in tutte le persone coinvolte direttamente o indirettamente nell'esperienza.

Educazione - Domande ricorrenti

Può essere utile leggere anche le domande del paragrafo Salute e benessere psicofisico.

Fa parte dei miei compiti di insegnante fornire sostegno agli adolescenti LGBT?

Sì, bisogna ricordare che l'insegnante è una figura di riferimento fondamentale nella crescita di ogni giovane. Oltre al sostegno, talvolta potrà essere necessario dover intervenire in determinati casi. Ad esempio, è possibile che un ragazzo diventi vittima di atti di violenza o di discriminazione anti-gay in classe, oppure che il rendimento scolastico di uno studente all'improvviso peggiori e che ciò possa dipendere da problemi in famiglia o con i compagni rispetto alla sua omosessualità.

C'è contraddizione tra il mio ruolo, da un lato, di insegnante che valuta e, dall'altro, di persona che fornisce aiuto e supporto?

Questi due ruoli sono del tutto conciliabili. Innanzitutto, è importante tenere ben distinti questi due diversi ruoli e far capire tale distinzione al ragazzo in questione. Ad esempio, potete dirgli che il suo profitto scolastico, la sua partecipazione o il suo atteggiamento in classe non soddisfano i livelli minimi richiesti dalla scuola e che voi non siete disposti a fare concessioni su questi aspetti. D'altro canto, potete offrire all'adolescente la possibilità di parlare apertamente di un problema per cercare insieme le soluzioni migliori. Chiarite che questo non avrà alcun tipo di ripercussione sulla valutazione.

Come insegnante non mi sento a mio agio a parlare di tematiche LGBT. Temo di perdere la mia credibilità davanti alla maggioranza dei ragazzi.

Cercate di valutare il vostro personale livello di comprensione delle tematiche LGBT. È possibile comunicare un punto di vista in maniera chiara e autorevole senza perdere la propria credibilità se ci si sente sicuri e privi di ambiguità rispetto all'argomento. Certo, alcuni adolescenti possono iniziare a ridere e a fare commenti offensivi, ma spesso i temi legati alla sessualità stimolano la curiosità e la voglia di sapere, di confrontarsi (vedi a riguardo anche il paragrafo "Tenete a mente" per gli insegnanti).

Come posso creare un clima di fiducia che inviti gli adolescenti LGBT a parlare liberamente con me?

Dimostrando, intanto, di essere sinceri e imparziali. Quindi occorre garantire all'adolescente che manterrete la privacy su quanto verrà detto e che senza la sua autorizzazione non ne parlerete con nessuno, compresi i genitori. Può essere utile ricordare al ragazzo, se voi siete il suo insegnante, che la conversazione confidenziale non avrà alcun effetto sulla valutazione scolastica. Assicuratevi anche che l'ambiente che scegliete per ascoltare un giovane garantisca la privacy.

Posso parlare con i miei colleghi o con un mio superiore di un colloquio confidenziale con uno specifico ragazzo?

No. Siete vincolati dal segreto professionale e verrebbe meno tale riservatezza. Se avete bisogno di confrontarvi, fatelo nel rispetto dell'anonimato e quindi parlando genericamente. Fate in modo che il ragazzo non sia identificabile dalle persone con le quali vi consultate.

Educazione - Strumenti

Stereotipi

Obiettivo: mostrare ai partecipanti come gli stereotipi siano caratterizzati dall'etnocentrismo e come noi tutti tendiamo ad attribuire le caratteristiche positive al nostro gruppo di appartenenza e quelle negative agli altri.

Metodo: prendete un cartellone e tracciate la sagoma di una figura umana. Chiedete poi ai partecipanti di completare le seguenti frasi scritte all'interno della sagoma: "Si dice che i marocchini (gli italiani, gli olandesi, ecc.) siano …". Si passa poi alla discussione di gruppo. In che misura queste affermazioni rappresentano degli stereotipi? Qual è la funzione degli stereotipi? Gli stereotipi contengono delle verità parziali?
La discussione può proseguire passando agli stereotipi su lesbiche, gay, bisessuali, transessuali.

Notate che: se non è già evidente, è meglio esplicitare il fatto che molte delle affermazioni stereotipiche possono risultare offensive. Se nella classe è presente una persona appartenente a un particolare gruppo etnico, per esempio a quello marocchino, è meglio evitare di includere i marocchini.

Appartenenze

Obiettivo: dimostrare che tutti apparteniamo a più gruppi, alcuni dei quali possono essere stigmatizzati. Cosa significa in termini emotivi appartenere a un gruppo stigmatizzato?

Metodo: chiedete ai ragazzi di pensare a quali diversi gruppi appar-

tengono (ad esempio, uomini, turchi, giocatori di calcio, scout, vegetariani, ecc.). Distribuite tre fogli a ciascuno studente e chiedete a tutti di scrivere su ognuno di essi: "A quale gruppo sono orgoglioso di appartenere?", "A quale gruppo mi è indifferente appartenere?", "A quale gruppo mi vergogno di appartenere?".
I fogli (anonimi) dovrebbero essere appesi alla lavagna e discussi insieme.

Notate che: questo lavoro non è consigliato in caso di piccoli gruppi o di gruppi in cui le persone possono essere facilmente riconosciute. È molto importante che l'insegnante, prima di proporre l'esercizio, crei in classe un ambiente di sicurezza e di rispetto, in quanto alcuni studenti potrebbero trovarsi in difficoltà a rispondere alla domanda "A quale gruppo ti vergogni di appartenere?".

Come sarò accolto?

Obiettivo: sperimentare emozioni e comportamenti tipici dell'incontro tra persone di culture diverse (ad esempio, incontri tra migranti e popolazione autoctona, incontro tra eterosessuali e omosessuali, ecc.)

Metodo: si invitano i partecipanti a sedersi in cerchio e un volontario esce dalla stanza. Al suo rientro i ragazzi devono accoglierlo secondo lo spirito della parola chiave suggerita dal conduttore (interesse, indifferenza, aggressività, disponibilità, ecc.). Vari partecipanti si alternano nel ruolo di ospite. Si discute poi tutti insieme sull'esperienza.

Notate che: è opportuno che l'insegnante faccia in modo che ad impersonare il "nuovo arrivato" non sia un ragazzo già stigmatizzato dalla classe o che ha problemi di integrazione.

UNA STORIA...

“Saresti così gentile da pulirmi anche l’arma ietto qui a fianco?”
Eileen si volò di scatto. “Non sono la donna di servizio. Un giorno sarò dottoressa.”
“Allora per favore chiama il dottor Mayer. Non voglio essere curata da una negra.”
Senza dire una parola Eileen posò il clistere sul comodino e lasciò la camera di degenza.
“Ciao Eileen”, esclamò raggiante Kristin. “Ehi, com’è andata la giornata?”
“Ah, fantastica! Mia madre pensa che io non sia in grado di prendermi cura delle persone e i pazienti mi scambiano per la donna delle pulizie. E tu come stai?”
Kristin indietreggiò, spaventata. Le batteva forte il cuore. Non dire di nuovo qualcosa di sbagliato, pensò.
“Sono felice di vederti”, abbozzò un sorriso.
“Non l’ho fatto io il mondo,” disse Eileen, brontolando. “Quindi, ti prego, nessun rimprovero.”
“Non intendevo dire questo.” Kristin sarebbe corsa via volentieri. Perché è sempre così difficile con Eileen? Non mi ama più?
“Vieni, ho preparato qualcosa di buono da mangiare. Apparecchieresti la tavola?” Eileen prese Kristin tra le braccia e la baciò a lungo teneramente.
“Va meglio ora?” domandò dolcemente.
Allora va tutto bene. Kristin tirò un sospiro di sollievo.
“Puoi prendere per favore i coltelli da pesce? E i bicchieri di cristallo da vino? I tovaglioli non si abbinano alle stoviglie. Non lo vedi?”
“Ehi, non fa nulla.” Kristin gettò uno sguardo furioso a Eileen. “Io preferisco mangiare così!”
“Anche l’occhio vuole la sua parte, Kristin. Non riesco a gustarmi il cibo se è tutto buttato giù così.”
“Ma non è buttato così. È solo il mio stile, non il tuo.”
“Stile non è la parola giusta”, borbottò Eileen. “Non vorrai dire che questo è stile?! E devi sempre mangiare con i gomiti sul tavolo?” Eileen cambiò i bicchieri e i tovaglioli irritata.
“Così si fa nei bassifondi”, rispose Kristin con voce strozzata. Pensò ai visi sorridenti a casa sua, dove il vino veniva servito nei bicchieri da acqua e la limonata in quelli da vino. O al contrario. Non importava.
“Perché non dici ai tuoi genitori che sei lesbica?” Eileen si allontanò un po’ da Kristin, che immediatamente tirò su la tovaglia fino alla punta del naso.
“Non sono ancora pronta. I miei genitori non capirebbero. Del resto io stessa lo devo ancora capire completamente.”
“Ma tu sei sicura di amarmi?”
“Sì Eileen, lo sono. Ma non per questo lo deve sapere tutto il mondo. Devo essere catalogata così?”
“Non è una categoria, è un’identità. Come per me essere nera. È qualcosa che porti dietro tutta la vita.”
“Come la mia appartenenza a una classe sociale inferiore?”, domandò Kristin.
“Ce l’hai sempre con questo discorso idiota della classe sociale inferiore. Non vieni certo insultata per questo, o no?”
“No, ma tutti mi fanno capire che dovrei vergognarmi perché a casa non ascoltiamo musica classica, perché non vado in giro con i vestiti griffati e non capisco tre quarti delle parole straniere che l’insegnante pronuncia. E perché non sono mai stata all’opera o a teatro o negli Stati Uniti per le vacanze estive. Ma io non mi vergogno per il fatto che mio padre lavora in fabbrica come operaio. Io amo la mia famiglia.”
“E allora?”
“Se io reagissi come fai tu perché i pazienti ti scambiano per la donna di servizio o perché i compagni ti chiedono da dove vieni o dove sei cresciuta, probabilmente mi lasceresti subito.”
“Non puoi mettere a confronto le due cose. Il paragone è del tutto sbagliato. A me basta cam-

minare per strada e la gente mi grida 'negra!' Non puoi neanche immaginare che cosa significhi e come ci si sente insicuri, sempre e ovunque. Tranne che in Ghana, ecco perché voglio andare lì. Tu neanche osi dirlo ai tuoi genitori che vivi con me."
"Non è vero, Eileen. Non è perché sei nera. Non mi sento in grado di spiegare loro che amo una ragazza. E io ti amo, credimi!"
"Dici davvero? Questa è la cosa più importante per me, Kristin. Perché anche io ti amo tanto."
"Allora, va tutto bene, no?"
"Kristin, secondo me, ultimamente, stai sognando un po' troppo a occhi aperti."
La prof. Metz la guardò severamente, sopra gli occhiali. "E' normale sentirsi attratte dalle ragazze alla tua età. Bisogna sperimentare. Vedrai, arriverà il ragazzo giusto.
Attraversiamo tutti questa fase. Però la scuola non deve risentirne, chiaro?"
"Qualche volta mi sento così inferiore a Eileen", Kristin osò lanciare uno sguardo al volto della counsellor.
"Pensi che la tua sensazione possa avere a che fare con il fatto che sei di qualche anno più giovane? Hai solo sedici anni, alla tua età spesso è difficile essere lesbica. Eileen è più grande di te di qualche anno."
"Non lo so, spesso litighiamo per stupidaggini" disse Eileen. "Cose ridicole, come di che colore deve essere il tovagliolo."
"Forse nessuna delle due ha il coraggio di riflettere sui vostri sentimenti per le ragazze e proiettate le vostre paure su queste sciocchezze?"
"Ma io sono sicura di amare Eileen", protestò Kristin. "E' il resto che è così difficile."
"Cosa intendi quando dici 'il resto', Kristin?"
Tanto per dirne una, Eileen spesso è ossessionata dal colore della sua pelle. E pensa che io non la capisca e non la sostenga a sufficienza."
"E questo cosa c'entra con il colore dei tovaglioli?"
"Forse Eileen, si arrabbia con me così tanto perché non ho ancora detto a casa che stiamo insieme."
"Perché non vuoi che sappiano che frequenti una negra!" Scattò con rabbia Eileen.
"Questa è proprio una fesseria bella e buona, Eileen!", gridò Kristin. "Vedi? Ci risiamo!"
"Voi siete due ragazze normali, proprio come le altre. Il fatto di essere lesbiche, o nera come nel tuo caso, non cambia nulla. Ma il mondo intorno a voi sostiene che i vostri sentimenti sono sbagliati perché dovrebbero essere diretti ai ragazzi. Questo giudizio della gente vi rende difficile una relazione serena."
"Non ne sono sicura" affermò riflettendoci sopra Kristin.
"Non me ne potrebbe importare di meno della gente che mi circonda!", esclamò Eileen.
"L'unica cosa che mi interessa è che Kristin mi pensi."
"Okay." La counsellor guardò Kristin. "Cosa provi tu, Kristin?"
"Io amo Eileen e penso che sia eccessivamente fredda con me. E spesso mi sento inferiore vicino a lei."
"E tu, Eileen, che cosa provi?"
"La stessa cosa. E, a volte, penso che Kristin non consideri per niente i miei problemi al lavoro o altrove."
"E da dove emergono queste paure per entrambe?"
"Non lo so", rispose Eileen. "E' per questo che siamo qui, no?"
"Il nostro tempo per oggi è terminato, ci fermiamo qua. Se volete potete tornare e cercheremo di scoprire insieme le ragioni di questa situazione."
"Non penso che ci abbia capite." Kristin, contrariata, diede un calcio a una lattina vuota.
"Sì, si è ostinata in qualcosa che non ha nulla a che fare con noi", affermò Eileen.
"Non sono sicura che ci abbia credute quando abbiamo detto di non avere problemi per il fatto di essere lesbiche."
"Già", sorrise Kristin, "come gli altri."

Salute e benessere psicofisico
(per gli operatori psico-socio sanitari)

Tenete a mente

Nel sostegno agli adolescenti LGBT occorre tenere presenti alcuni aspetti particolari:

- la storia psico-sessuale della persona: le opinioni dei familiari omosessualità, bisessualità, transessualità, i messaggi che ha ricevuto a riguardo;
- come un ragazzo si vede rispetto al proprio orientamento sessuale: il livello di accettazione dei propri sentimenti omosessuali, la storia del proprio coming out, la rete sociale LGBT di riferimento, lo stile di vita, eventuali esperienze subite o agite di discriminazione e di violenza anti-gay o contro i transgender *(vedi definizione di "violenza anti-gay" nel Glossario – Appendice 1 del Manuale).*

Riflettendo su questi aspetti potete dare uno sguardo anche alla vostra storia personale, sia che siate omosessuali, bisessuali o transessuali, sia che siate eterosessuali. In effetti, se siete lesbica, gay, bisessuali o transessuali, dovreste riflettere sugli effetti che potrebbe avere sulla persona da voi seguita il venire a conoscenza del vostro orientamento sessuale. Molte lesbiche e molti gay hanno bisogno di modelli di ruolo e in quanto psicologo, ad esempio, potreste rappresentare un modello al quale rifarsi, oltre che una persona significativa. A questo punto, la questione più importante è come percepite la vostra sessualità: come è stato il vostro sviluppo personale? Cosa potrebbe essere utile che la persona sappia del vostro orientamento sessuale? Ricordate che non deve identificarsi completamente con voi. Ogni persona deve sviluppare un proprio personale stile di vita e ogni lesbica, gay bisessuale o transessuale è opportuno che elabori un proprio processo di auto-accettazione.

Salute e benessere psicofisico - Domande ricorrenti

Può essere utile leggere anche le domande per gli insegnanti.

In che misura devo coinvolgere la famiglia dell'adolescente in un percorso di sostegno alla salute e al benessere psicofisico?

Dipende molto dall'importanza che assume la famiglia nella vita della persona in questione e dal livello di accettazione/rifiuto dell'omosessualità, bisessualità, transessualità nella famiglia stessa. Domandatelo all'adolescente e chiedetegli anche se vuole coinvolgerla. La famiglia è una parte importante dell'ambiente sociale, ma potrebbe anche essere non supportiva e svalutante, rappresentando un punto debole anziché una risorsa.

Le lesbiche, i gay, i bisessuali e i transessuali hanno bisogno di un sostegno particolare?

Non è detto. Certamente hanno bisogno di operatori competenti e di riconoscimento e attenzione rispetto alle tematiche LGBT. Pertanto, è particolarmente importante manifestare un atteggiamento non giudicante e creare le condizioni che consentano loro di aprirsi circa il proprio orientamento sessuale.

L'efficacia del sostegno alla salute e al benessere psicofisico dipende dall'orientamento sessuale dell'operatore psico-socio sanitario?

No, tuttavia alcune volte ci sono persone che, per aprirsi, hanno particolarmente bisogno di sentirsi in un ambiente sicuro e privo di pregiudizi e, in questa circostanza possono privilegiare un operatore lesbica o gay; in tal caso si può orientare il giovane ad una associazione LGBT. Se siete uno psicologo apertamente lesbica o gay sappiate che il vostro interlocutore potrebbe prendervi a modello. Questo ha solitamente un effetto positivo sulla sua vita, ma attenzione al rischio di un'identificazione eccessiva da entrambe le parti.

Quali possono essere gli effetti del bullismo omofobico?

Essi possono avere diversa intensità, variare e includere i seguenti segnali:

- perdita di sicurezza, fiducia e autostima;
- atteggiamento distratto e/o nervoso, difficoltà di concentrazione;
- scarso rendimento scolastico;
- rifiuto della scuola, assenteismo, fino a sintomi di fobia dell'ambiente scolastico;
- tendenza ad evitare contesti potenzialmente discriminanti come squadre sportive, gruppi extra-scolastici, ecc.
- autolimitazioni rispetto a possibilità e opportunità.
- veri e propri sintomi psicopatologici come: depressione, aggressività, autolesionismo, agorafobia e ansia sociale, attacchi di panico, disturbi psicosomatici, disturbi alimentari.

Tutti gli adolescenti sono interessati ai temi della sessualità; perché pensare in modo particolare agli adolescenti LGBT?

È vero, come i propri coetanei, gli adolescenti LGBT hanno curiosità e desiderio di conoscenza sulla propria e altrui sessualità. È però più difficile per loro trovare informazioni attendibili e modelli positivi cui fare riferimento, mentre sono facilmente esposti ad atteggiamenti negativi rispetto a ciò che riguarda le tematiche connesse all'omosessualità, bisessualità, transessualità. Un sostegno alla salute e al benessere psicofisco competente e informato su questi temi è allora particolarmente utile a contrastare il senso di vulnerabilità a cui gli adolescenti LGBT sono esposti.

Salute e benessere psicofisico - Strumenti

Chi sono?

Obiettivo: accompagnare l'utente nell'esplorazione della propria identità sessuale analizzando i significati e le emozioni connesse.

Metodo: chiedete alla persona che seguite come preferisce definirsi e quale significato attribuisce a questa sua definizione. Portate a consapevolezza il grado di accettazione della sua identità sessuale: si piace come gay/lesbica/bisessuale/transessule? Vorrebbe cambiare qualche aspetto? Quale? La percezione della sua identità personale è cambiata rispetto al passato? C'è qualcosa che lo preoccupa? Come si sente visto dagli altri? Come vorrebbe essere visto?

Notate che: è bene non dare per scontata l'identità sessuale della persona. Esplorare questi aspetti richiede un rapporto di "alleanza" con l'utente e un percorso piuttosto lungo.

Violenza anti-gay

Obiettivo: sostenere e aiutare le vittime della violenza anti-gay ad elaborare l'esperienza.

Metodo: chiedete alla persona se ha mai fatto esperienza di aggressioni fisiche, psicologiche o verbali. Se sì, erano dirette o indirette? Le aggressioni hanno implicato la violenza sessuale? Quando e in quali circostanze è avvenuta l'aggressione? Chi era l'aggressore? Lasciate che la persona esprima le proprie emozioni. Quali ripercussioni ha avuto quest'esperienza sull'immagine di sé e sulla propria identità? Discutete, infine, i vantaggi e gli svantaggi di denunciare l'accaduto alla Polizia.

Notate che: è utile una certa competenza pregressa nel campo specifico del sostegno a persone vittime di abusi e violenze. Nel caso in cui riteniate opportuno, da soli o insieme alla persona che seguite, avviare un'azione legale, accertatevi dell'atteggiamento che potrebbe avere la Polizia di fronte a questa denuncia. In alcuni Paesi europei all'interno dei commissariati esistono sportelli specifici per questo tipo di violenza. Considerate, inoltre, il sesso di chi raccoglie la denuncia. Tenete a mente che una vittima lesbica difficilmente si rivolgerà a un funzionario di polizia di sesso maschile.

Consultate gli uffici legali delle organizzazioni LGBT che oramai hanno protocolli per combattere il bullismo omofobico.

Bullismo omofobico

Obiettivo: contrastare il bullismo omofobico a scuola.

Metodo: per sensibilizzare i ragazzi allo sviluppo dell'empatia, fate mettere in scena una situazione simulata su uno scenario di bullismo omofobico realmente accaduto, dando il ruolo di prepotenti agli omosessuali e il ruolo di omosessuali ai prepotenti, in modo da lavorare sulla capacità di mettersi nei panni dell'altro e di sperimentare "da dentro" motivazione ed emozioni che caratterizzano i diversi ruoli.

Poiché si tratta di un fenomeno di gruppo, è importante far interpretare tutti i personaggi coinvolti: bulli, vittime e spettatori. Questi ultimi infatti sono quelli che apparentemente non fanno danni, non fanno nulla, ma che, invece, limitandosi tutt'al più a ridacchiare, sostengono il fenomeno di gruppo, appunto, alleandosi in questo modo con i bulli. È proprio a loro, in modo particolare, che ci si rivolge nei lavori di contrasto al bullismo.

Notate che: è utile combattere il pregiudizio su cui si basano tutte le forme di esclusione sociale e spostare il livello di comunicazione da quello valutativo a quello espressivo.

Favorire la libertà di espressione contribuisce a "far spazio alle differenze" senza giudizio.

6 Le sessualità

Introduzione

Per iniziare

Sono lontani i tempi in cui la cultura classica considerava l'Eros come unione di spirito e sesso, di poesia e carnalità.
Ancora oggi, nella maggior parte delle culture, è presente una scissione fra amore e sesso in cui la sessualità rappresenta un tabù e viene facilmente associata al "peccato". È qualcosa che si fa in privato e di cui non si parla, se non per fare delle battute, in quanto legata, spesso, alla vergogna. Questo vale anche per la cultura occidentale, programmi televisivi e giornali fanno anche troppo spesso riferimento al sesso, banalizzandolo.
Se la sessualità può risultare un tema difficile da affrontare, parlare di sessualità "diversa" è ancora più arduo. Spesso le domande che vengono poste sull'omosessualità riguardano esclusivamente i rapporti sessuali. Vi è molta curiosità in proposito. La vita della persona viene così ridotta solo agli aspetti sessuali, tralasciando o dando minore importanza a quelli affettivi e relazionali.
Veniamo educati in una cultura apparentemente eterosessuale e altre forme di sessualità che non rientrano in questo orientamento facilmente vengono percepite come strane o perverse.
La prospettiva può cambiare se consideriamo la sessualità come uno dei modi fondamentali con cui la persona può esprimersi al mondo ed entrare in comunicazione intima e profonda con sé e con l'altro attraverso il piacere.
In tal senso il comportamento sessuale fa parte del processo di costruzione di una identità, una personale ricerca di sé, che continua e muta nel tempo, un'esperienza di conoscenza svincolata dalla funzione riproduttiva e da dicotomie come maschile-femminile, attivo-passivo, possesso-sottomissione, eterosessualità-omosessualità, ecc..

Informazioni di base

Esistono, sia per le persone eterosessuali che per quelle omosessuali, svariati modi di fare sesso. Queste modalità pur portatrici di diversità specifiche hanno una caratteristica comune: il bisogno di soddisfare l'intimità affettiva e di incontrare il piacere erotico nella relazione con l'altro. Unica differenza è il fatto che per gli omosessuali l'atto sessuale in se stesso non può portare al concepimento di figli. Persone lesbiche e gay devono dunque prendere precauzioni non per evitare gravidanze indesiderate, ma per proteggersi da Malattie Sessualmente Trasmesse (MST).

Le ricerche rilevano che gli uomini gay hanno un numero maggiore di partner rispetto alle donne lesbiche. Questa differenza non rappresenta tanto una caratteristica che distingue gli omosessuali dagli eterosessuali, quanto una differenza tra uomini e donne nel modo di vivere la sessualità assumendo modelli tradizionali stereotipati di maschile e femminile. La sessualità per le donne (eterosessuali o lesbiche) è più legata all'intimità affettiva, mentre gli uomini sono più inclini a fare sesso in modo fine a se stesso. Si tratta, dunque, di una differenza che riguarda il genere e non l'orientamento sessuale. Così, se due uomini o due donne hanno rapporti sessuali, il modo di sperimentare la sessualità potrà essere solo "maschile" o solo "femminile". In altre parole, nel sesso lesbico o gay vi può essere un raddoppiamento dell'esperienza femminile o maschile della sessualità in relazione agli stereotipi interiorizzati dai due partner. Poiché gli uomini sono maggiormente inclini a separare il sesso dall'intimità affettiva è più probabile che i gay abbiano più partner nel tempo o anche durante una relazione stabile. In maniera simile, poiché sembra che le donne preferiscano una combinazione di sesso e intimità, è anche più probabile che due lesbiche siano monogame. In ogni caso, anche nella vita delle persone omosessuali è riscontrabile un'ampia gamma di comportamenti differenziati sia all'interno di una coppia stabile che nella ricerca del partner.

Spiegare le differenze nei comportamenti sessuali in termini di genere anziché di orientamento sessuale rende anche più semplice per gli insegnanti ma anche per gli operatori psico-socio sanitari eterosessuali trattare problemi legati alla sessualità lesbica e gay, poiché facilita l'immedesimazione con l'esperienza della persona, in quanto donna e in quanto uomo, indipendentemente dall'orientamento sessuale.

Che cosa significa per me?

Abbiamo già accennato quanto sia difficile parlare di sessualità in una cultura che, malgrado le apparenze, permane sessuofobica. Inoltre la vita sessuale è parte della nostra sfera intima e questo ci rende particolarmente sensibili e vulnerabili nel trattare l'argomento. A volte pur parlandone in generale, temiamo di rivelare ad altri qualcosa della nostra vita personale. Queste affermazioni possono apparire in contrasto con l'atteggiamento dei giovani che iniziano a sperimentare la sessualità e che sono spesso molto franchi e diretti nel parlarne, anche se questo atteggiamento può rivelarsi una difesa per celare imbarazzo, a volte vergogna.

È di estrema importanza, dunque, affrontare il tema con gli adolescenti in maniera professionale e tuttavia non "asettica". Infatti, è significativo per tutti gli adolescenti, a prescindere dal fatto che si definiscano lesbiche/gay, bisessuali o eterosessuali, ricevere informazioni e consigli mentre, crescendo, scoprono il loro corpo e la loro sessualità. Per quegli adolescenti che nutrono pensieri o sentimenti erotici per un partner dello stesso sesso, questo supporto può essere ancora più importante.

Alcuni aspetti di cui tener conto lavorando con gli adolescenti gay, lesbiche e bisessuali potrebbero essere i seguenti:

- quando si parla di sessualità la possibilità di avere esperienze con persone dello stesso sesso è spesso "dimenticata" o menzionata brevemente solo per essere politicamente corretti. Se parlate di amore, sessualità, o convivenza, potete rappresentare la sessualità omosessuale come un modo naturale e legittimo di esprimere i propri sentimenti e di vivere insieme agli altri, al pari di quella eterosessuale.
- Cercate di accrescere la vostra consapevolezza rispetto alle vostre personali esperienze sessuali e alla vostra visione della (omo-bi-) sessualità.
- Rendete accessibili ai ragazzi giornali, opuscoli, ecc. che forniscano informazioni supplementari su qualsiasi tipo di sessualità e indirizzi di istituti di sostegno alla salute e al benessere psicofisico ai quali eventualmente rivolgersi per parlare dei problemi ad essa correlati. Assicuratevi che siano segnalate anche le associazioni LGBT.

Educazione
(per gli insegnanti)

Tenete a mente

Prima di iniziare a parlare in classe di omosessualità e di sessualità più in generale, occorre considerare alcuni aspetti.
I ragazzi e le ragazze, soprattutto durante la pubertà, sono molto interessati alla sessualità.
Gli adolescenti, inoltre, tendono a pensare tutto in termini di bianco o nero: le cose sono o buone o cattive.
Ricordate che parlare di sessualità richiede autenticità e un certo grado di intimità; perciò preparatevi all'eventualità che vi vengano poste domande personali sulle vostre esperienze e sui vostri punti di vista. Riflettete in anticipo su cosa volete condividere con i ragazzi e cosa volete mantenere riservato.
Allo stesso modo degli adolescenti avete il diritto di proteggere la vostra sfera privata. Vi suggeriamo alcune domande utili per prepararvi ad una discussione su un tema così delicato come quello della sessualità:

- che cosa vi è stato insegnato a casa e a scuola sulla (omo-bi-)sessualità?
- Che cosa immaginate pensando al comportamento sessuale tra persone gay e tra persone lesbiche? Credete di avere dei pregiudizi quando si parla di sesso tra due uomini o tra due donne? Quali sono i vostri pregiudizi? Immaginate da dove provengono?
- Avete già avuto esperienze sessuali?
- Quando avete avuto le prime esperienze sessuali? Come le considerate, positive o negative?
- Avete avuto o avete immaginato di avere esperienze sessuali con partner del vostro stesso sesso? Se sì, come le definireste?
- Quale età considerate "appropriata" per le prime esperienze sessuali?

Educazione - Domande ricorrenti

Può essere utile leggere anche le domande del paragrafo Salute e benessere psicofisico.

È vero che nel mondo animale esistono comportamenti omosessuali?
I ricercatori hanno osservato comportamenti omosessuali in più di 470 specie animali (scimpanzé, delfini, rondini, farfalle, anfibi, rettili, pesci e anche negli animali domestici come mucche, pecore, maiali, conigli, cavalli, gatti e cani). La cosa interessante e che la sessualità tra animali non serve solo alla riproduzione, bensì può avere anche funzioni sociali. Molti animali sono attivi sessualmente anche al di fuori del periodo dell'accoppiamento e sono in grado di provare piacere facendo sesso. Le scimmie mostrano diversi tipi di pratiche sessuali, inclusa la fellatio. Le coppie di cigni neri maschi sono molto bravi ad allevare i piccoli. In estate, le orche trascorrono il 10% del loro tempo in attività omosessuali. Tredici specie di lucertole nel sudovest dell'America sono esclusivamente femmine e sono in grado di moltiplicarsi da sole. (*per ulteriori informazioni consultate le indicazioni bibliografiche contenute nel Manuale di Crossing Diversity*).

Di tanto in tanto sento che i miei studenti di lingua araba si insultano usando la parola "Zamel". Sembra essere un'offesa di tipo sessuale. Che cosa significa questa parola?
Avete ragione. "Zamel" è una parola offensiva usata per indicare un uomo che, facendo sesso con un altro uomo, assume un ruolo passivo (in turco, lo stesso concetto è espresso dalla parola "ibne"). Il termine si riferisce al peccato del "Liwati", in cui la persona consuma un rapporto anale passivo. In molte culture è considerato umiliante per un uomo adulto concedere il proprio corpo passivamente per un rapporto anale, mentre non è altrettanto riprovevole avere un ruolo attivo. Nelle culture musulmane, non esiste l'idea di un rapporto paritario tra due uomini, cosicché alcune persone usano "Liwat" per indicare "l'omosessualità" e "zamel" per "omosessuale".

Chi assume un ruolo maschile e chi uno femminile in una relazione tra lesbiche o tra gay?
Le ricerche dimostrano come non ci siano dei ruoli stabiliti nelle coppie omosessuali: non si possono applicare all'unione omosessuale regole e modelli tipici della coppia eterosessuale ed anche in questa esiste una varietà di comportamenti dei quali si parla solo in arte o nella letteratura scientifica. La connessione tra genere e comportamento sessuale esiste, ma fate attenzione a non consolidare gli stereotipi! Spesso si parla della relazione sessuale tra uomini come di un comportamento animalesco o brutale. In questo caso, il sesso è definito molto "duro" e "sporco" con riferimento alla penetrazione anale. In genere si parla poco della sessualità tra donne per la quale non esiste un immaginario erotico stereotipato; solitamente si considera l'omoerotismo femminile un po' più delicato e gentile anche se ugualmente "disgustoso".
I preconcetti ed i pregiudizi che accompagnano le immagini stereotipate rendono difficile la ricerca e la scoperta della propria sessualità in maniera autonoma. Gli adolescenti, che si sentono insicuri rispetto alla sessualità, tendono a tenere eccessivamente in considerazione le norme, non consentendo a se stessi o agli altri di allontanarsene troppo.

A tutti i gay piace il sesso anale? È doloroso?
Il sesso anale non viene praticato esclusivamente dai gay. Alcuni eterosessuali e persino le lesbiche lo fanno se si sentono a loro agio nel praticarlo. La regione anale è molto sensibile e può fornire piacere (soprattutto agli uomini se la ghiandola prostatica viene toccata dolcemente). Tuttavia a molti gay il rapporto anale non piace affatto. Come la penetrazione vaginale, la penetrazione anale può anche essere dolorosa, soprattutto se praticata in maniera irruenta senza tenere in conto la possibilità di fare male. Si consiglia, in tutti i casi, di usare un preservativo certificato e lubrificante a base di acqua per proteggersi dalle MTS e dall'HIV.

Educazione - Strumenti

Considerazioni generali

L'educazione sessuale non dovrebbe limitarsi a trattare gli aspetti biologici, dovrebbe toccare anche la sfera delle emozioni. Si può introdurre il tema per mezzo della letteratura, delle scienze sociali, della storia o delle arti (musica, pittura, ecc.). Se lavorate su questo argomento insieme ad un collega dell'altro sesso potrete offrire un punto di vista di genere diverso.

Separate i ragazzi dalle ragazze se notate che non riescono a parlare apertamente gli uni di fronte agli altri. Dopo che hanno lavorato separatamente per un certo tempo ricongiungete i due gruppi e lasciate raccontare agli adolescenti di cosa hanno parlato e cosa hanno apprezzato del lavoro eseguito separatamente, magari facendo loro scegliere un portavoce "più coraggioso" al cui racconto ognuno potrà aggiungere particolari. Fate seguire un confronto di "opinioni".

Nella discussione sulle sessualità è importante includere l'omosessualità presentandola come una delle varianti della sessualità, uno degli esiti possibili di un normale sviluppo dell'affettività di una persona. Tenete presente, inoltre, che poiché gli adolescenti si sentono insicuri rispetto alla propria sessualità, ne parlano spesso in modo provocatorio.

Nel presentare il tema delle sessualità è bene evocare esempi concreti e vicini all'esperienza dei ragazzi e farli riflettere sui propri interessi, le proprie preferenze e le proprie paure.

Può essere utile invitare ospiti lesbiche e gay e/o persone che svolgono progetti di educazione sessuale (*vd. Appendice 2 del Manuale*), ma cercate di non delegare completamente l'argomento ad altri. I ragazzi potrebbero interpretare questo atteggiamento non solo come un personale segnale di imbarazzo o di incompetenza a trattare l'omosessualità, ma come un vostro personale disaccordo rispetto a tale argomento e potrebbero non coinvolgersi per non dispiacervi.

Il carosello

Obiettivo: superare imbarazzo e vergogna ed incoraggiare gli adolescenti a parlare di sessualità.

Metodo: scrivete 25 domande sulla sessualità su dei cartoncini. Fate tante serie di carte quanti sono i ragazzi in classe. Le domande dovrebbero essere varie: alcune sui fatti e altre sulle opinioni, passando da quelle molto semplici a quelle più difficili, personali e impersonali. Assicuratevi che siano state incluse anche una serie di domande sull'omo-bi-sessualità. Fate sedere i vostri studenti a coppie, gli uni di fronte agli altri. Le sedie dovrebbero essere disposte in circolo o in fila.

Spiegate ai ragazzi il gioco: "Ciascuno di voi riceverà un mazzo di carte con 25 domande su relazioni e sessualità. Leggete le domande per conto vostro prima di porre la domanda a chi vi sta di fronte. Chiedetevi, prima, se voi rispondereste a quella domanda. Se la risposta sarà negativa riponete la carta nel mazzo e prendete la carta successiva sulla quale sarà scritta un'altra domanda. Se vi imbattete in una domanda a cui rispondereste, leggetela al vostro partner di discussione. Anche lui non deve rispondere subito perché ha, allo stesso modo, la possibilità di decidere se desidera o meno farlo. Se il partner non vuole, dice semplicemente 'La prossima domanda!'. Se invece lo desidera risponde. A questo punto, il gioco continua scambiandosi i ruoli. Adesso la seconda persona sceglie una domanda e la prima persona può passare o rispondere. Si continua finché io non dirò: 'Cambio!'. Ciò accadrà ogni cinque minuti. Quindi tutti quelli seduti nel cerchio (o nella fila) interno si sposteranno sulla sedia alla loro destra. I due nuovi partner procederanno con le nuove domande." Dopo circa mezz'ora, o cinque cambi, fermate il gioco.

Domandate agli studenti come hanno percepito il gioco. È stato divertente, difficile, entrambe le cose? Possono dire qualcosa sul perché hanno deciso di non rispondere ad alcune domande? Fate attenzione a rispettare tutti i motivi addotti dagli adolescenti, la vergogna non deve diventare qualcosa di cui vergognarsi!

Notate che: durante questo lavoro l'entusiasmo può prendere il sopravvento; fate attenzione che

non si crei troppa confusione, scherzando e ridendo. Nei gruppi in cui le norme culturali rendono difficile per le donne parlare apertamente di sessualità con gli uomini, considerate l'opportunità di proporre questo gioco a sottogruppi omogenei per genere. Un'estensione di questo esercizio potrebbe essere chiedere al gruppo delle ragazze di formulare domande dirette al gruppo dei ragazzi e viceversa. Quindi, una rappresentante delle ragazze legge le domande ai ragazzi. I ragazzi si riuniscono per riflettere e rispondono alle domande come gruppo, poi uno di loro legge le risposte. In questo modo l'attenzione non è posta sull'individuo ma sul gruppo, permettendo agli studenti di potersi esprimere liberamente senza provare vergogna e di poter soddisfare la curiosità su cosa l'altro sesso pensa riguardo a questioni importanti.

Educazione sessuale e omosessualità

Obiettivo: promuovere una discussione sull'omosessualità all'interno del programma di educazione sessuale.

Metodo: questo esercizio consiste in tre fasi. Spiegate agli adolescenti che avete bisogno dei loro suggerimenti per migliorare le lezioni di educazione sessuale. Il primo passo consiste nel chiedere cosa sanno sul sesso e dove prendono attualmente informazioni sulla sessualità. Se rispondono soltanto dando informazioni prescrittive (ad esempio, bisogna usare il preservativo), allora sottolineate che desiderate sapere chi li aiuta a formarsi opinioni ed emozioni sulle tematiche sessuali. La seconda fase consiste nel focalizzarsi sui loro bisogni relativi all'educazione sessuale a scuola. Anche qui, assicuratevi che non si limitino a segnalare dei bisogni "neutri" (ad esempio, più ore di lezione sul tema). La terza fase consiste nel domandare in che modo la scuola deve trattare gli aspetti dell'educazione sessuale, tenendo conto della presenza delle minoranze culturali. Se non capiscono questa domanda fornite esempi concreti che si riferiscono a contesti multiculturali (ad esempio, evidenziando la specificità delle esigenze degli adolescenti dei due sessi, la diversità nei ruoli e nelle norme in culture diverse) e alle minoranze sessuali e di genere (gay, lesbiche, bisessuali, transessuali). Se i ragazzi si focalizzano sulle tematiche interculturali, ma vorrebbero sorvolare o non prestare attenzione al tema delle minoranze sessuali e di genere, domandate loro il motivo e dove queste minoranze possono ottenere le informazioni sulla sessualità se la scuola non le fornisce.

Notate che: questo lavoro funziona nel migliore dei modi nelle scuole, nelle associazioni, nei gruppi che incoraggiano l'apprendimento attraverso l'esperienza. Se la scuola, o chi per essa, si focalizza soltanto sui risultati cognitivi, passare dalla discussione sulle opinioni alla crescita personale sarà più difficile. Assicuratevi di compiere l'ultimo passo: prendete in considerazione gli input che vi hanno dato gli adolescenti e discutete con i colleghi su come utilizzarli per migliorare i vostri interventi!

Dalla discriminazione alla sessualità

Obiettivo: promuovere una discussione sulla sessualità senza focalizzare l'attenzione sul sesso.

Metodo: questo lavoro si articola in tre fasi. La prima consiste nel domandare ai giovani se possono portare alcuni esempi di discriminazione. In un gruppo multiculturale emergono di solito esempi di tipo razzista. La seconda fase consiste nel portare la discussione sul genere. Potete dire, ad esempio: "Avete riportato esempi di discriminazione tra persone che in realtà non si conoscono tra di loro. Esiste anche la discriminazione tra persone che si conoscono bene, come quella all'interno delle relazioni amorose?" Tale domanda porterà i ragazzi ad usare come esempio la violenza contro il partner e le diverse aspettative di uomini e donne. La terza fase consiste nel condurre la discussione sull'esistenza di diversi tipi di relazioni. Ad esempio potete domandare ai ragazzi: "Cambiano questi problemi se si riorganizza la relazione?" e "Avete esempi di 'altri' tipi di relazioni amorose? Secondo voi, questi problemi come cambiano all'interno di una relazione lesbica o gay?

Notate che: questo lavoro richiede che l'insegnante possieda buone capacità comunicative. Occorre ascoltare attentamente gli studenti e adattarsi ai loro bisogni e al tempo stesso portare la discussione in una certa direzione. Questo percorso naturalmente non può essere pianificato in dettaglio, prevedete per il lavoro almeno un'ora e mezza.

UNA STORIA...

<Antonio> Sono nella chat giusta, quella per giovani gay?
<Almira> Ciao Antonio, piacere. Sì, sei in quella giusta. Da dove vieni?
<Antonio> Signorina, mai dare queste informazioni in una chat! :-) Vivo in Italia.
<Almira> E io in Germania. Qui ci sono molte persone di altri Paesi europei.
<Antonio> Quindi frequenti la chat da molto tempo?
<Almira> Sì.
<Mark> Ciao a tutti.
<Koray> Anch'io sono nuovo qui, buon giorno.
<Elsa> Ciao a tutti
<Mark> Come stai Elsa? Tutto bene con Chloé? Mi manca.
<Antonio> Un saluto affettuoso, in particolare a Koray, ;-)
<Koray> Ricambio il saluto affettuoso.
<Elsa> Chloé non sta ancora bene. Io invece sto lentamente migliorando.
<Mark> Mi scuso con gli altri, ma devo chattare un po' con Elsa. Se vi annoia, ci ritiriamo in privato, okay?
<Almira> A me interessa.
<Koray> Unisciti a noi.
<Antonio> Ho mille domande da fare, sono seduto sui carboni ardenti, ma sarò paziente ;-)
<Mark> Mi fa piacere. Elsa, il counselling è servito a qualcosa?
<Elsa> Sì, quella dottoressa è veramente forte! Mi ha aiutato moltissimo. Spero che Chloé si faccia viva qui oggi, così possiamo vedere insieme cosa si può fare per lei. Sarebbe un'ottima cosa. Non mi sento più così inerme come due settimane fa. Come stai tu,Almira?
<Almira> La counsellor del gruppo ha parlato con i miei genitori. Adesso sanno che sono lesbica e lo hanno accettato senza fare troppe tragedie. La cosa principale per loro è non perdermi. Ma la strada è ancora lunga.
<Elsa> Capisco. Ti penso. In bocca al lupo.
<Almira> Crepi il lupo.
<Koray> Non ho capito, ma auguro anch'io in bocca al lupo ;-) Quali domande hai @Antonio?
<Antonio> Allora,senza tanti preamboli…
<Antonio> Vivo da due anni insieme a un ragazzo, e lo amo molto…
<Mark> Auguri
<Koray> Se solo potessi avere io un rapporto simile ;-)
<Antonio> Aspettate ragazzi, il bello deve ancora venire.
<Antonio> Da circa sei mesi mi sento molto attratto da una ragazza. All'inizio non volevo ammetterlo. Riconoscere di essere gay per me è stato abbastanza difficile. E adesso è tutto nuovamente da definire. Non so come devo comportarmi.
<Koray> Sei sicuro di tutto questo?
<Antonio> Sì, assolutamente
<Elsa> E vivi ancora insieme al tuo ragazzo?
<Antonio> Sì, naturalmente lo amo.
<Mark> E il tuo ragazzo è a conoscenza della tua attrazione per lei?
<Antonio> Ad essere sincero, no.
<Mark> Non va bene, direi.
<Elsa> E lei sa di lui?
<Antonio> Sì, lei sa tutto.
<Koray> Quindi cosa avete intenzione di fare?
<Antonio> Se solo lo sapessi… Pensavo, che forse, voi avreste avuto qualche suggerimento da darmi!
<Mark> Secondo me, dovresti parlare con il tuo ragazzo.
<Almira> Questa è una chat dove non c'è una consulenza qualificata, ma ce ne sono alcune, forse anche in Italia, a cui partecipano anche consulenti che potrebbero aiutarti.
<Antonio> La cosa peggiore è che non so se continuare con il mio ragazzo.
<Koray> Capisco. Io sarei contento di essermi innamorato di una ragazza, ma sembra pro-

prio che sono gay al cento per cento. ;-)
<Mark> Lo stesso per me. Non provo proprio niente per le ragazze
<Elsa> Non ti capisco proprio Mark. Io trovo magnifiche le ragazze ;-)
<Almira> Sono d'accordo con Elsa.
<Koray> E se dicessi la verità?
<Antonio> E qual è la verità?
<Mark> Che probabilmente sei bisessuale, no?!
<Elsa> Può sembrarvi un po' antiquato, ma non mi fido delle persone che stanno insieme ai ragazzi e alle ragazze.
<Antonio> Perché?
<Elsa> Vogliono avere tutto, senza decidersi. Penso sia da vigliacchi.
<Mark> Ehi Elsa, cosa dici?
<Almira> Io capisco Elsa. Se Julie improvvisamente mi venisse a dire che si sente attratta da un ragazzo la lascerei subito. Non posso neanche pensarci.
<Koray> Se mi innamorassi io di una ragazza, mi starebbe bene ;-) ma se accadesse al mio ragazzo…no, in nessun caso!
<Mark> Esattamente Antonio, cosa diresti se il tuo ragazzo venisse da te a raccontarti una cosa del genere?
<Antonio> Scusatemi, ci devo riflettere. Ritorno più tardi. Grazie e a presto.
<Antonio> Ciao, sono di nuovo qui.
<Aaron> Ciao Antonio
<Koray> Come stai, Antonio? A quali conclusioni sei giunto?
<Antonio> Ho parlato con Paolo e gli ho detto tutto.
<Mark> Sto trattenendo il respiro…
<Koray> Racconta tutto.
<Antonio> Come aveva previsto Almira, mi ha lasciato.
<Mark> COSA? Mi dispiace tanto, davvero.
<Aaron> Che cosa è successo? Raccontaci, per favore.
<Antonio> Probabilmente sono bisessuale, ma il mio ragazzo non lo accetta.
<Aaron> Sono seduto davanti allo schermo scuotendo il capo. La cosa importante non è che due persone si amino veramente?
<Antonio> Ma nel mio caso però siamo in tre.
<Aaron> Quale è stato il problema? Il fatto che tu glielo abbia detto troppo tardi o che Paolo non riesce ad accettare che tu ti senta attratto da una donna?
<Antonio> Entrambe le cose.
<Julie> Vorrei anch'io dire la mia; Almira mi ha raccontato la storia. La cosa più importante per me sarebbe che tutto avvenisse alla luce del sole e che io ne fossi informata. Allora potrei affrontare la situazione.
<Antonio> È facile a dirsi, Julie. Io ero completamente sconvolto, non riuscivo a trovare neanche le parole per definire i miei sentimenti.
<Julie> Se Almira si innamorasse di un ragazzo, mi aspetterei da lei che me lo dicesse prima di iniziare qualsiasi tipo di rapporto con lui.
<Antonio> Già, è giusto. E che cosa succederebbe dopo? Ah, se solo non avessi fatto nulla con quella ragazza!
<Julie> Dovremmo decidere insieme come creare una situazione in cui tutti si sentano al sicuro.
<Antonio> Pensi davvero che funzionerebbe?
<Julie> Mi sembra l'unica soluzione!
<Aaron> Sono quasi sicuro che tutti in fondo possano innamorarsi di uomini e donne. Siamo noi che distinguiamo in maniera rigida gli orientamenti sessuali. Non c'è nulla di cui vergognarsi. Io penso che sia una buona cosa riuscire ad amare persone diverse. Io ammiro il tuo coraggio, Antonio.
<Julie> Teniamolo a mente come un'utopia, e sosteniamoci. Magari un giorno accadrà!!
<Antonio> Sono d'accordo. Grazie a tutti, ragazzi.

Salute e benessere psicofisico
(per gli operatori psico-socio sanitari)

Tenete a mente

Un percorso di sostegno alla salute e al benessere psicofisico è un incontro tra due individui, un incontro che avviene in un luogo e in un tempo, e cioè in un preciso contesto storico e culturale. Da un punto di vista costruttivista, si può affermare che ogni società in qualunque periodo storico, "costruisce" determinati significati della sessualità; operatore e utente si confrontano su questi costruendo così un terreno comune per il lavoro insieme.
Nella cultura occidentale, con l'emergere della famiglia borghese si sono sviluppate precise concezioni dei ruoli di genere, dell'amore e della sessualità. Al tempo stesso è stato inventato il termine "omosessualità" per distinguere il comportamento sessuale tra persone dello stesso sesso dal comportamento eterosessuale considerato la norma, non solo in senso statistico ma come equivalente di normalità.
In anni più recenti il movimento omosessuale ha rivendicato il diritto ad autodefinirsi, proponendo una terminologia che non si basa sul comportamento sessuale, ma sull'affettività e sul senso di appartenenza ad un gruppo. Ad esempio, gli attivisti LGBT preferiscono usare i termini "lesbica" e "gay" anziché "omosessuale" per sottolineare l'importanza della differenza di genere e perché la parola "omosessuale" ha assunto in passato significati legati ad un paradigma che patologizzava l'omosessualità. Le questioni terminologiche non sono soltanto una questione di forma, ma hanno un impatto sui contenuti di ciò che viene comunicato e sono indicatori dei valori e dell'emotività di chi parla, evocando vissuti emozionali significativi in chi ascolta.
Anche un incontro di sostegno alla salute e al benessere psicofisico non può prescindere dalle modalità comunicative e relazionali tra l'operatore e l'utente. Un importante requisito relazionale in un percorso di sostegno alla salute e al benessere psicofisico è l'autenticità, in quanto le convinzioni personali dell'operatore psico-socio sanitario influenzano inevitabilmente il suo lavoro. Tuttavia l'autenticità necessita di un certo grado di auto-consapevolezza riguardo ai dubbi, alle domande che non hanno trovato una risposta, ai "punti ciechi" che dovrebbero essere discussi con i colleghi e, nel caso di psicologi/psicoterapeuti, in supervisione. È opportuno che l'operatore psico-socio sanitario rifletta su questi temi e si chieda in che modo la sua visione personale può influenzare la relazione stessa con l'utente. Potrebbe essere utile porsi le seguenti domande:

- Cosa sapete degli stili di vita e delle relazioni omosessuali? Da dove derivano le vostre conoscenze e con chi vi confrontate?
- Cosa avete imparato sugli stili di vita omosessuali durante la vostra formazione professionale? Cosa sapete della differenza tra orientamento sessuale e identità di genere? (*cfr. il Manuale di Crossing Diversity al paragrafo "Identità e orientamento sessuale"*)
- Che atteggiamento avete nei confronti delle donne che hanno relazioni e fanno sesso con altre donne? Il vostro atteggiamento verso gli uomini che hanno relazioni e fanno sesso con altri uomini è diverso?
- Durante il vostro percorso evolutivo, avete mai avuto esperienze sessuali con persone del vostro stesso sesso? Se sì, come considerate queste esperienze oggi?
- Secondo voi, quale importanza assume la sessualità per l'identità di una donna lesbica? E per quella di un uomo gay?
- Che tipo di esperienze avete maturato nel vostro lavoro di operatori psico-socio sanitari con persone LGBT?
- Pensate che lesbiche e gay si debbano rivolgere di preferenza, ad esempio, ad uno psicologo lesbica o gay? Se sì, perché e in che modo pensate l'identità di uno psicologo lesbica o gay influenzi il setting o il percorso di sostegno? Se no, perché e che cosa potrebbe essere utile ad uno psicologo eterosessuale?

Salute e benessere psicofisico - Domande ricorrenti

Può essere utile leggere anche le domande per gli insegnanti.

Come posso reagire se un utente è spaventato perché ha esperienze e/o fantasie con persone di entrambi i sessi e non riesce più a capire chi è?

Anche le persone che si definiscono eterosessuali possono avere esperienze o fantasie con persone dello stesso sesso, così come lesbiche e gay possono avere rapporti sessuali con una persona dell'altro sesso. Aiutate l'utente a non dare troppa importanza alle definizioni e a pensare in modo positivo ai sentimenti di amore e attrazione per altre persone (indipendentemente dal loro sesso) e aiutatelo ad esprimere in maniera appropriata questi sentimenti. Promuovete una maggiore flessibilità rispetto alla categorizzazione sessuale alla quale siamo abituati. I confini tra omosessualità, eterosessualità e bisessualità sono piuttosto fluidi e non si trovano così definiti in "natura", sono solo espressione di bisogni culturalmente generati dagli uomini. Le categorie sono perciò qualcosa di artificiale e possono essere cambiate se non sono più adeguate ai nostri bisogni attuali. Non sono gli individui che devono conformarsi alle definizioni, ma le definizioni che devono cambiare e adeguarsi al sentire degli individui!

Se, ad esempio, una persona ha rapporti sessuali con persone di entrambi i sessi, non è sempre necessario né sensato definirlo bisessuale. Ci sono persone che si definiscono eterosessuali e ciononostante hanno relazioni sessuali con partner dello stesso sesso. Allo stesso modo ci sono anche persone che si definiscono omosessuali, e che hanno esperienze erotiche con partner dell'altro sesso. L'orientamento sessuale può esprimersi in comportamenti non sempre congruenti con la definizione che si da di sé. È più utile rivolgere l'attenzione ai bisogni degli utenti, senza accentuare la necessità di una chiara identificazione, aiutandoli a tollerare le apparenti contraddizioni della vita umana.

Cosa devo fare se una persona desidera provare un rapporto omosessuale, ma afferma di temere particolari pratiche?

Il sesso tra due donne o tra due uomini può essere soddisfacente come quello eterosessuale. Le buone pratiche sessuali non possono essere stabilite secondo un programma predefinito e obbligatorio. Le persone sia omosessuali sia eterosessuali possono sperimentare più o meno la stessa varietà di pratiche, ma ognuno può avere preferenze diverse. Il sesso tra uomini non si limita alla penetrazione anale o al rapporto orale. Anche le donne devono decidere se vogliono o meno la penetrazione anale o vaginale e se sì come praticarla. Le pratiche sessuali che due uomini o due donne desiderano provare devono essere negoziate tra loro, esattamente come tra un uomo e una donna, e non stabilite a priori da una "norma" sia pure consuetudinaria.

Come fanno due donne a fare sesso visto che non hanno il pene?

Questa domanda viene posta spesso dai giovani. L'immagine stereotipata del sesso come penetrazione del pene in vagina è persistente. Soprattutto i ragazzi trovano molto difficile immaginare che possa esistere il piacere sessuale e l'orgasmo senza l'inserimento del pene. Come già sottolineato, il sesso penetrativo non si limita a quello tra due persone eterosessuali. Il punto non è la "mancanza del pene" ma il fatto che sentire qualcuno dentro di sé può essere eccitante, per gli omosessuali quanto per gli eterosessuali. D'altro canto, il sesso penetrativo non è l'unico soddisfacente. Anche la stimolazione orale o manuale può dare molto piacere. Ma soprattutto il piacere è qualcosa che viene dall'insieme dell'organismo e quindi dal coinvolgimento emotivo della persona nel qui ed ora della relazione. Esistono varie modalità per coinvolgersi e questa è una scelta personale.

Salute e benessere psicofisico - Strumenti

Il mio corpo

Obiettivo: aiutare i giovani a comprendere meglio le proprie emozioni rispetto alla sessualità e all'immagine di sé.
Una componente significativa del vissuto d'identità di genere è costituita dall'immagine che si ha del proprio corpo e dalla consapevolezza dei propri bisogni fisici e affettivi.
Le emozioni di un individuo, i suoi pensieri e il suo comportamento esistono in quanto incarnati, in quanto espressione del movimento, della trasformazione continua della nostra esistenza, in quanto organismo in contatto con l'ambiente.

Metodo: se è significativo per l'identità di un uomo o di una donna l'immagine che questi ha dei propri bisogni e della loro soddisfazione sarà interessante porsi o porre alla persona le seguenti domande:
- Che importanza attribuisco al vestito? Cosa provo a svestirmi o a stare nudo?
- Come reagisco alle immagini delle donne lesbiche e degli uomini gay che vedo in pubblico?
- Quale parte del mio corpo trovo che sia la più bella?
- Quali parti del mio corpo sono per me di particolare importanza?
- Quali parti del mio corpo non mi piacciono? Come me lo spiego? Come gestisco i miei sentimenti?
- Che cosa ho imparato da mia madre e da mio padre su come è considerato il corpo? Cosa ho imparato da loro sulla nudità e sulla sessualità?
- Come hanno reagito mio padre e mia madre al mio aspetto esteriore? La loro reazione mi ha aiutato o mi ha ostacolato durante il mio sviluppo?
- Quali parti del mio corpo collego al desiderio sessuale/felicità/dolore? Come curo/tratto queste parti del mio corpo?
- Come si è sviluppato il rapporto con il mio corpo: nella mia infanzia, nella pubertà, oggi?

Notate che: questo lavoro può essere usato o dall'utente o dall'operatore psico-socio sanitario come strumento di auto-riflessione. Può essere utile proporre questo lavoro tra due incontri come una sorta di compito a casa. È possibile che la persona riconosca gradualmente come gli atteggiamenti che ha appreso dalla propria famiglia sono in conflitto con i propri valori personali. Per le lesbiche e i gay questo conflitto è particolarmente critico per due motivi: in primo luogo mancano loro dei modelli di ruolo positivi e in secondo luogo, per costruire la propria identità possono sentire la necessità di mantenere le distanze dalla norma dominante eterosessuale attraverso una identificazione negativa o contro-identificazione.

La sessualità: ieri – oggi – domani

Obiettivo: aiutare la persona a riflettere sul suo passato, a riconoscere i propri valori personali e a formulare i propri desideri per il futuro.

Metodo: avete bisogno di un foglio di carta della grandezza di un poster, un foglio di dimensioni A4, evidenziatori di diversi colori, una forbice e della colla. L'utente divide il poster in tre parti uguali tirando delle linee verticali. Ciascuna sezione del poster è destinata ad una di queste domande: come vedevo la sessualità durante la mia pubertà? Come la vedo oggi? Come desidero vederla in futuro? Lasciate che la persona scriva le risposte liberamente. In seguito fatele tagliare la parte dedicata al futuro (terza parte a destra); al suo posto attaccate il foglio A4 bianco e di seguito attaccate la sezione del futuro (creando un collegamento, quindi, tra il presente e il futuro). Sul foglio la persona scriverà le risposte alle seguenti domande:
- Nel cambiamento tra la pubertà e l'attualità quali desideri rispetto alla mia sessualità ho realizzato? Quali risorse ho utilizzato?
- Se penso alla mia sessualità, così come la desidero, cosa mi impedisce di realizzare tale visione?
- Quali risorse posso utilizzare per la realizzazione di quello che desidero per il futuro?
- Chi o cosa mi aiuterebbe a superare questi ostacoli?

Notate che: questo lavoro aiuta l'operatore psico-socio sanitario a ricevere informazioni sul punto di vista dell'utente rispetto alla sessualità. Chiarisce anche il modo di vedere il suo futuro, aiutando la persona a identificare le risorse disponibili per raggiungere gli obiettivi stabiliti. Sulla base di tali informazioni si possono definire gli obiettivi per i successivi incontri di sostegno. Inoltre l'operatore psico-socio sanitario e l'utente possono stimare quanto è opportuno continuare a lavorare sulla sessualità.

L'esercizio delle tre sedie

Obiettivo: aiutare l'utente a riflettere sulla propria sessualità, cercando di fare emergere come il cliente giudica il proprio modo di viverla.

Metodo: aggiungete tre sedie, oltre a quelle in cui si siedono l'operatore psico-socio sanitario e l'utente. Innanzitutto, si chiederà alla persona di scegliere tre persone significative della sua vita, una nella sua famiglia d'origine, una tra gli amici e una tra i partner. I nomi di queste persone sono scritti su un foglio collocato ognuno su una delle tre sedie vuote. In un secondo momento l'utente dovrà porsi dietro ognuna delle tre sedie per cinque minuti e rispondere alla seguente domanda posta l'operatore psico-socio sanitario: "Se io chiedessi a questa persona di dirmi cosa pensa di come tu vivi la tua sessualità e di quanto ne sei soddisfatto, cosa mi risponderebbe?"

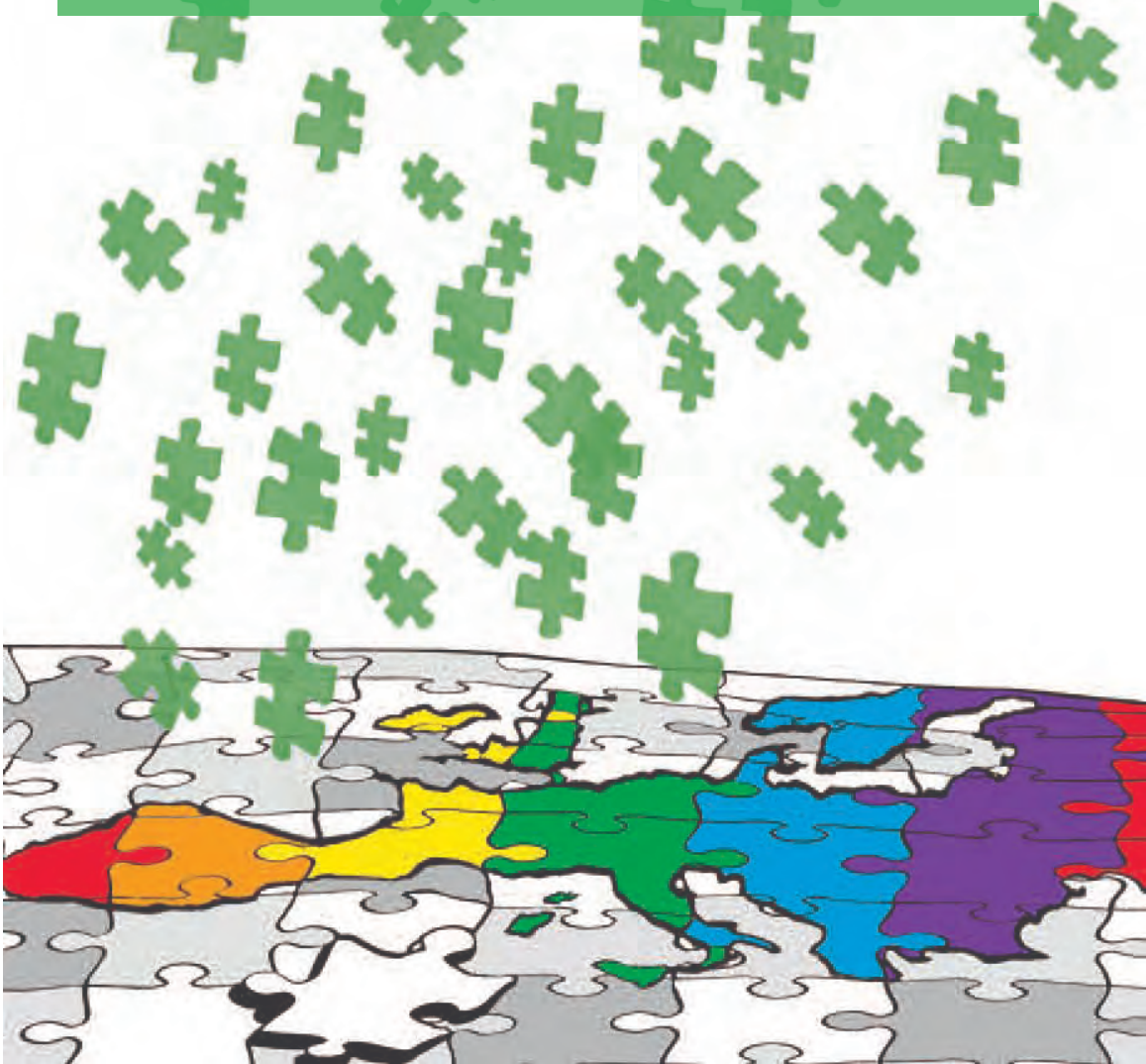
Notate che: affinché l'esercizio abbia un senso, l'utente deve essere motivato ad occuparsi in maniera approfondita della propria sessualità. Cambiando prospettiva diventa più facile riflettere sulla propria sessualità e distinguere tra i comportamenti desiderati, gli atteggiamenti e le valutazioni proprie e altrui. Una volta completato il lavoro l'utente dovrebbe essere più chiaro come migliorare il modo di vivere la propria sessualità, individuando le modalità più adeguate a realizzare il cambiamento.

7 La comunità LGBT

Introduzione

Per iniziare

Poiché lesbiche, gay, bisessuali e transessuali hanno dovuto affrontare la discriminazione in molti ambiti della loro vita, essi si sono organizzati in gruppi e comunità attivi in tutto il mondo. Infatti, esistono gruppi e organizzazioni di dimensioni diverse e con diversi scopi.
Vi sono, tuttavia, Paesi nei quali il sistema politico o religioso, fortemente discriminatorio nei confronti delle donne e degli uomini omosessuali, vieta la costituzione di organizzazioni LGBT o cerca di ostacolarne l'attività.
Oggi questo è reso più difficile dalla possibilità sempre più generalizzata dell'uso di Internet.



Informazioni di base

Talvolta i gruppi che si occupano di tematiche LGBT sono omogenei per sesso: esistono infatti gruppi solo per lesbiche, gruppi solo per gay, gruppi solo per transessuali sebbene la maggioranza siano misti. Qui lesbiche, gay, bisessuali e transessuali possono incontrarsi e trovare sostegno, discutere le proprie esperienze di coming out con la famiglia e gli amici, condividere idee e timori. Altri gruppi sono impegnati in ambito politico e sociale e si adoperano in favore dei diritti delle persone LGBT, ad esempio per il diritto al riconoscimento delle loro unioni o per leggi che combattano la discriminazione. Altri gruppi ancora sono impegnati nell'ambito dell'educazione: si recano ad esempio nelle scuole a parlare con gli studenti del loro coming out e di cosa voglia dire essere lesbica, gay, bisessuale o transessuale.

Negli ultimi anni sono stati fondati molti gruppi con speciali settori d'interesse, come le associazioni sportive, i gruppi dediti ad attività ricreative, i gruppi che offrono informazioni tramite la divulgazione di riviste e periodici, associazioni di volontariato, gruppi di diverse fedi religiose, ecc.

Bisogna comprendere che, con la loro varietà di stili e interessi, ognuno di questi gruppi può rappresentare per le persone LGBT un'opportunità per sviluppare una maggiore consapevolezza di sé e per conoscere la comunità LGBT del posto in cui essi vivono superando la solitudine.

Inoltre, esistono molti locali che si rivolgono a una clientela LGBT, dove le persone, godendosi l'atmosfera rilassante di un luogo in cui la maggioranza delle persone è omosessuale, bisessuale, transessuale possono incontrare gli amici, fare nuove conoscenze o uscire con il partner, senza essere osservati in maniera diffidente da altri ospiti e senza sentire di doversi giustificare. Nel loro insieme questi gruppi, bar, ristoranti, discoteche, centri di ascolto, associazioni costituiscono la comunità LGBT.

Esistono molte opinioni e stereotipi su questa comunità. Ad esempio alcuni genitori, alcuni insegnanti e, in parte, anche alcuni giovani LGBT la trovano "strana" o poco seria, oppure ritengono che rappresenti una sorta di ghetto nel quale si perde il contatto con la "normalità". Al contrario, la maggior parte delle persone LGBT che la conosce la trova piacevole e considera i suoi luoghi di ritrovo dei posti del tutto "normali", che hanno come unica particolarità quella di essere frequentati prevalentemente, ma non esclusivamente, da lesbiche, gay, bisessuali, transessuali.

Questi locali, inoltre, possono rappresentare dei luoghi in cui trovare sostegno e incoraggiamento, una sorta di spazio protetto in cui le persone LGBT, confrontandosi con modelli di ruolo alternativi, non devono temere di essere guardati con occhio critico o offesi perché esprimono in pubblico la loro affettività.

Esistono oramai innumerevoli guide e mappe delle comunità LGBT in tutto il mondo. È possibile trovare queste guide su internet, in rubriche specifiche di molte riviste delle più grandi città, in libreria e naturalmente nei locali della stessa comunità LGBT. Alcuni di questi luoghi sono oramai vere e proprie istituzioni cittadine, sia per la loro storia spesso difficile e gloriosa, sia perché centri di dibattito politico e sociale del territorio. Tali locali e club appaiono abbastanza simili tra loro e rappresentano una sorta di comunità internazionale.

Nonostante la situazione stia migliorando nel suo complesso, la maggior parte delle istituzioni, dei gruppi e dei locali che compongono la comunità LGBT si trova nelle grandi città. Per questo motivo molti giovani lesbiche, gay, bisessuali e transessuali che vivono in provincia si recano spesso a visitare città più grandi e prendono in considerazione l'ipotesi di trasferirvisi. In questo modo sperano non solo che l'anonimato della grande città li protegga dai pregiudizi e dalla discriminazione, ma di trovare lì maggiore sostegno e maggiori opportunità.

Che cosa significa per me?

Potreste recarvi personalmente nei locali e nelle organizzazioni LGBT della vostra città e così farvi un'idea di come sono organizzate. Questo è l'unico modo per essere sicuri, nel caso li abbiate trovati appropriati, di consigliare strutture adeguate ad eventuali giovani lesbiche, gay, bisessuali e transessuali. Alcuni bar LGBT sono aperti a tutti, indistintamente a donne, uomini, omosessuali e eterosessuali. Si può andare, visitare il locale, incontrare nuove persone e trovare così un posto dove l' «incrocio delle diversità» e la multiculturalità non sono uno slogan, ma un principio di pratica quotidiana. Nelle grandi città ci sono anche gruppi per lesbiche, gay e bisessuali di alcune minoranze etniche, in cui si possono incontrare persone non solo con lo stesso orientamento sessuale, ma anche con un background culturale simile (*vedi Appendice 2 nel Manuale di Crossing Diversity*).

Educazione
(per gli insegnanti)

Tenete a mente

Che cosa pensate della comunità LGBT? Avete idea di come potrebbe essere? Secondo voi perché esiste? Quali vantaggi offre per un adolescente?
Per molte persone omosessuali, bisessuali e transessuali la comunità può avere la funzione di rete sociale in cui incontrare altre llesbiche, gay, bisessuali e transessuali, trascorrere il tempo libero e imparare qualcosa di più sul loro conto. Essa protegge dalla pressione esercitata da alcuni stereotipi comportamentali largamente diffusi e dalla necessità di conformarsi ai ruoli di genere tradizionali.
Di solito, un gay o una lesbica si trovano bene in questi contesti perché possono comportarsi in modo coerente con quello che provano e non devono giustificarsi o dare spiegazioni. Cercate di immaginare come sarebbe stata la vostra adolescenza se vi foste sentiti sicuri di non essere criticati per i vostri sentimenti o il vostro orientamento sessuale soltanto in pochi posti della vostra città.
Gli incontri che avvengono nella comunità a volte si trasformano in amicizie importanti basate su un rapporto genuino e diretto. Lo scambio di esperienze simili e di mutuo supporto può aiutare le lesbiche e i gay a far fronte alle reazioni negative che incontrano in famiglia e sul posto di lavoro quando rivelano il proprio orientamento sessuale.

Educazione - Domande ricorrenti

Può essere utile leggere anche le domande del paragrafo Salute e benessere psicofisico.

Perché lesbiche, gay, bisessuali e transessuali creano degli spazi propri? Non è una specie di ghetto?

Già dalla prima infanzia i giovani LGBT sono educati da eterosessuali e viene insegnato loro che i sentimenti e i rapporti omosessuali non sono apprezzati nella nostra società. Per sviluppare la loro identità e costruire la propria autostima queste persone hanno bisogno di spazi in cui poter esprimere i propri sentimenti senza essere esposti a sguardi e offese spiacevoli.
Negli ultimi trent'anni il numero di questi luoghi è aumentato. Coloro che non hanno familiarità con la comunità LGBT possono avere l'impressione di un certo modo di vivere ghettizzato. La comunità LGBT non è un ghetto, ma viene vista così perché viviamo in una società in cui prevale la norma eterosessuale.

Come posso conoscere meglio la comunità LGBT locale?

Il modo più semplice è quello di cercare informazioni su internet. Un altro modo, forse migliore, consiste nel contattare le organizzazioni locali LGBT e chiedere maggiori informazioni sui tipi di attività che propongono.

È possibile visitare i luoghi di una comunità LGBT?

Sì, i centri per lesbiche, gay, bisessuali e transessuali sono quasi sempre aperti a persone interessate a conoscerli e i collaboratori dei centri risponderanno con piacere alle vostre domande (consultate l'elenco degli indirizzi e la lista dei siti riportati in *Appendice al Manuale di Crossing Diversity* o cercate voi stessi i posti più vicini al vostro territorio). Anche la maggior parte dei pub e dei locali sono aperti a tutti. Solo alcune discoteche sono riservate agli uomni e alcuni locali lesbici sono riservati alle donne. Se non siete sicuri di poter entrare, basta chiedere telefonando prima di andare.

Educazione - Strumenti

La realtà e la rete del pregiudizio

Obiettivo: esaminare e distinguere i dati reali dai pregiudizi sulla comunità LGBT.

Metodo: chiedete ai giovani cosa pensano quando sentono i termini "comunità lesbica" e "comunità gay". Scrivete i loro commenti alla lavagna creando dei collegamenti tra le diverse parole che mostrino le associazioni. Usate colori diversi per scrivere i commenti positivi e quelli negativi (ad esempio, commenti negativi in giallo, commenti positivi in verde). Chiedete perché -*verosimilmente*- ci sono più commenti gialli che verdi ed esaminate quali di questi commenti rappresentano dei dati oggettivi e quali dei pregiudizi, e quali sono opinioni e sentimenti personali. Verificate quali sono i dati conosciuti sulla comunità LGBT e come i giovani li hanno acquisiti. Nel corso del lavoro fornite informazioni sulla comunità LGBT e sulla sua storia. Concludete il lavoro chiedendo se il confronto ha portato a un cambiamento nel modo di vedere degli studenti.

Notate che: preparatevi in modo da fornire informazioni adeguate e attendibili sulla comunità LGBT locale. Considerate la possibilità di invitare ospiti di un'organizzazione lesbica/gay/bisessuale/transessuale del posto per fornire agli studenti informazioni dirette sulle attività disponibili in zona. Preparatevi ad eventuali domande sul "ghetto" omosessuale e sulla manifestazione in pubblico del proprio orientamente sessuale.

Il Gay Pride

Obiettivo: esaminare il bisogno di visibilità delle persone LGBT.

Metodo: mostrate una foto del Gay Pride e chiedete agli studenti se conoscono il senso e lo scopo di tale manifestazione. Invitateli a fare commenti. Probabilmente otterrete alcune osservazioni estremamente negative (alcuni studenti non accetteranno la visibilità degli omosessuali o alcune modalità con cui questa si concretizza). Discutete gli effetti della discriminazione e dell'orgoglio sull'identità. Raccontate la storia del Gay Pride (*vedi anche la Mappa 8 "La Storia e le culture"*). Confrontate l'orgoglio dei gruppi etnici con l'orgoglio omosessuale.

Notate che: molte persone rimangono scioccate alla vista degli stili di vita mostrati nelle manifestazioni del Gay Pride che, prontamente, sono riprese con attenzione anche dai media. Durante la discussione prendete in considerazione l'influenza esercitata dai media e la grande varietà degli stili di vita delle lesbiche e dei gay che in fondo riflettono la varietà degli stili di vita della società in generale.

E' un mondo etero…

Obiettivo: esplorare gli effetti dell'eterosessismo e chiarire il significato della comunità LGBT.

Metodo: spiegate che tutti veniamo educati come eterosessuali. Spiegate anche che questo crea una situazione particolare per i giovani LGBT e che il lavoro è stato pensato per riflettere sui loro sentimenti e sulla loro esperienza. Concedete ai ragazzi qualche secondo di tempo per ragionare su questa domanda: "Se il mondo non fosse eterosessuale ma omosessuale, andreste in un bar per eterosessuali?" Come ulteriore domanda potreste chiedere: "Che cosa penserebbe la popolazione gay 'normale' di questo?" Lasciate che i ragazzi si scambino idee e emozioni. Man mano che la discussione procede cercate di orientarla su come gli studenti vorrebbero che fosse. Quindi traete delle conclusioni sulla situazione attuale: cosa dovrebbero pensare gli eterosessuali della comunità LGBT?

Salute e benessere psicofisico
(per gli operatori psico-socio sanitari)

Tenete a mente

Chiedetevi cosa sapete della comunità LGBT, dove vi siete procurati tali informazioni e se siete mai stati in tale comunità. Durante il lavoro di sostegno alla salute e al benessere psicofisico con giovani LGBT tenete conto che il senso di appartenenza alla comunità LGBT può essere parte integrante dell'identità dell'utente e della sua vita quotidiana. Tuttavia, alcuni aspetti commerciali della comunità possono far sentire non completamente a proprio agio alcune persone lesbiche/gay/bisessuali/transessuali che non hanno (ancora) un'autostima sufficientemente forte da resistere alla pressione a conformarsi ai comportamenti e alle mode della maggioranza.

La comunità LGBT non è certo una soluzione per i problemi di tutti, essa esercita sulle persone sia influenze positive sia negative. Anche coloro che non la frequentano spesso ne fanno parte e vengono influenzati, anche se indirettamente, dalle sue norme e dai suoi valori, influenzandola a loro volta.

Se non siete lesbica o gay dovreste visitare almeno alcune istituzioni di questa comunità come, ad esempio, un centro di consulenza e/o uno dei locali più noti dell'ambiente. È possibile che i vostri utenti non siano sempre disposti a spiegarvi ogni dettaglio sulla comunità, ma che li diano per scontati.

Se lavorate in provincia dovreste avere a disposizione alcuni indirizzi da contattare e da poter fornire ai vostri utenti.

Potete contattare anche un gruppo di supporto al coming out da consigliare ai vostri utenti o un'istituzione LGBT che vi possa inviare persone che hanno bisogno di un sostegno competente.

UNA STORIA...

È una vera follia.

Non avrei mai incontrato Patrizia se non ci fossimo azzuffate nel cortile della scuola e se la prof. Gazzi non mi avesse trascinato nella sala professori per questo.

Ed eccomi qui, ad aspettarla con lo stomaco chiuso e la tremarella alle gambe.

Quando vedo il suo viso di fronte al mio mi sento invadere di calore.

Teresa si immaginò quegli occhi marroni profondi di fronte ai suoi che la guardano lucenti e poi si stringono di gioia fino a diventare una fessura sottile.

Teresa respirò profondamente, altrimenti non sarebbe riuscita ad alzarsi per l'eccitamento. Gli altri non dovevano sapere nulla di loro, anche le amiche lesbiche o gli amici gay. La sua sessualità era solo affare suo. E naturalmente di Patrizia. Guardò giù nel cortile. Lì aveva baciato Patrizia la prima volta durante la festa techno tre settimane prima. Il suo cuore ancora aveva un sobbalzo quando ci pensava. Tutto il resto non importava, desiderava soltanto stare in pace al suo fianco. Teresa sospirò. Non avrebbe mai immaginato che il mondo fosse così bizzarro. La sua storia con Patrizia era così contorta che nessuno ci avrebbe capito nulla. Teresa lasciò che il suo sguardo vagasse sulla folla nel caffé. Le lesbiche e i gay lì erano veramente delle care persone. La prof. Gazzi aveva ragione. C'era un centro per lesbiche e gay lì a Bologna e lei non ne aveva mai saputo nulla. Ridicolo, no?

La sua storia d'amore con Patrizia era iniziata lì. La prima volta che era andata le sudavano le mani per il nervosismo ed era rimasta sbigottita quando aveva visto Patrizia seduta vicino alla finestra, in fondo. E soprattutto Patrizia. È lesbica, aveva pensato Teresa a metà tra l'entusiasmo e lo shock. Non se ne era mai resa conto. Patrizia era come un raggio di sole che la illuminava attraversando la stanza. Teresa non distolse lo sguardo. Quando Teresa, come attratta da una forza magica, finalmente la raggiunse al piccolo tavolino del caffé, Patrizia la guardò confusa e disse semplicemente: "Così finalmente l'hai scoperto."

"Non avrei mai pensato che tu…" Teresa non completò la frase.

"Le lesbiche non sono tutte uguali" rispose laconicamente Patrizia. "Hai un sacco di pregiudizi nella tua testa".

"Ma Franca è la mia migliore amica. Ed è etero. Allora?"

"Allora niente". S'impappinò Teresa.

"Vieni con me alla festa techno venerdì? Con me, da sola?"

Patrizia la fissò per un po', con un luccichio negli occhi che Teresa imparò a capire solo più tardi.

Sì, è così che è iniziata. Ma questa era la fine di una lunga storia. Con gli occhi della mente Teresa ripercorse le varie vicende.

Nel cortile della scuola c'erano come sempre le ragazze della terza a ridacchiare. L'unica cosa che interessava Teresa era Patrizia, ma piuttosto che ammetterlo si sarebbe ingoiata la lingua. Al contrario, la scherniva quando si incontravano. "Così la signorina si è di nuovo pigiata dentro ai jeans super attillati e ha immerso la faccia nella scatola dei colori?"

"Smettila Teresa, togliti dai piedi. La tua presenza qui non è gradita."

"Semplicemente non potrebbe importarmene di meno, Patrizia, lo sai."

"Oh, dai" disse Franca, "non fare caso a quello che dice quella strega. Perché non ti lascia stare?"

"E tu, devi proprio immischiarti?" disse Teresa con rabbia.

"Proprio tu che sembri una puttana vera e propria!"

"Lascia perdere Teresa, prima che perda la pazienza." La voce di Patrizia risuonò peri-

colosamente calma. "Dacci un taglio, riserva le tue provocazioni per qualcun altro, è chiaro?"
"Volevo solo dirvi quanto siete ridicole e quanto siano vuoti i vostri discorsi." Teresa alzò il tono della voce. "Ehi, guardate quel ragazzo, non è semplicemente adorabile? Ieri nel cortile mi ha anche sorriso." Tornò al suo tono normale. "Vi dà fastidio, eh?"
"Tu sei soltanto gelosa perché i ragazzi non ti guardano", replicò Franca.
"Ti sbagli Franca. Non vale la pena sprecare la mia intelligenza per un ragazzo."
"E allora come mai sei ancora qui? Se i nostri modelli non ti si addicono, smamma". Patrizia spinse Teresa all'indietro. Quella fu la goccia che fece traboccare il vaso.
"Smettetela di picchiarvi. Siete diventate completamente matte? Patrizia, Teresa voglio che vi separiate immediatamente", la prof. Gazzi separò le due ragazze.
"Ha iniziato lei, come sempre", ansimò Patrizia.
"Ovviamente," derise Teresa, "come sempre."
"Patrizia dice la verità. Teresa dovrebbe lasciarci in pace una volta per tutte", affermò con risolutezza Franca, guardando dritto l'insegnante di matematica.
"Teresa, tu dopo la lezione verrai da me. Vorrei mostrarti qualcosa che sta nella sala professori."
A Teresa era sempre piaciuta l'insegnante di matematica. Capiva qualcosa di Teresa che nessun altro notava.
"Ti piace molto Patrizia, vero?"
"Come può pensare una cosa del genere?" Teresa si sentì colta alla sprovvista.
"Tu mi ricordi me alla tua età." La prof. Gazzi le fece l'occhiolino.
"Ah, veramente?" Teresa si mantenne a distanza.
"Così, eccoci qua. Ti vuoi accomodare?"
"Mi voleva mostrare qualcosa?"
"Esattamente. Una brochure sui Gay Games, solo un momento." L'insegnante rovistò dentro a un cassetto sotto al tavolo. "Pensavo, visto che sei così sportiva, che forse il prossimo anno potresti partecipare. Avranno sicuramente bisogno di brave giocatrici di pallavolo."
"Un momento." Teresa scrutò l'insegnante. "Lei è lesbica?"
"Sì, ti sorprende? Perché non vai al Centro gay e non cerchi di incontrare altre ragazze lesbiche? Giri sempre da sola."
"Non voglio sentirmi guardata come un oggetto sessuale."
"Chi ti ha detto che le lesbiche sono così?"
"Lo dicono tutti."
"Quindi tu credi a tutto quello che si dice. In ogni caso non è vero. Le lesbiche e i gay hanno molti interessi. Fondano associazioni sportive, si incontrano per stare insieme, fanno politica ad esempio. Puoi condividere con loro quello che vuoi. La pallavolo può bastare per iniziare." Teresa girava e rigirava la brochure per le mani.
"Okay. Ti do l'indirizzo del Centro. Hai internet?"
"Certo."
"Qui ci sono alcuni siti web che potrebbero interessarti. Da qui può iniziare a guardarti intorno. Una mia collega mi ha appena parlato di una chat per giovani lesbiche e gay che dovrebbe essere buona. Te la annoto. Così puoi renderti conto di quello che succede realmente. Vedrai, nessuno ti considererà solo un oggetto sessuale."
"E lei? Lei è nell'ambiente?"
"Ambiente non è forse l'espressione giusta. Io ho molti amiche e amici lesbiche e gay, ma non frequento spesso locali, in generale."
"Capisco. Ancora molte grazie."
"L'ho fatto volentieri. E buon divertimento con lo sport."

Salute e benessere psicofisico - Domande ricorrenti

Può essere utile leggere anche le domande per gli insegnanti.

Dove trovo le informazioni sui servizi di sostegno o auto-aiuto forniti dalla comunità LGBT della mia zona?

Potete trovare molti link su internet. Cercate in un motore di ricerca tali voci, ne troverete tante vicino alla vostra zona. Se ritenete opportuno indirizzare i vostri utenti a un'istituzione specifica è importante che la conosciate bene. Ne saprete di più contattandola personalmente.

Come posso comportarmi con gli utenti che hanno una cattiva opinione della comunità LGBT?

La comunità è qualcosa di più di un cliché. Quali sono gli interessi specifici dell'utente? Può darsi che abbia un'opinione negativa perché non ha ancora trovato la struttura di supporto che cerca. Incoraggiate queste persone a continuare la ricerca e a scoprire nuovi aspetti e servizi della comunità (*vedi anche la prima domanda della sezione "Salute e benessere psicofisico"*).

È sempre opportuno consigliare all'utente di frequentare la comunità LGBT?

Generalmente la comunità è molto supportiva, ma ci sono situazioni in cui è prioritario per la persona risolvere i propri conflitti interni e/o esterni attraverso un lavoro personale. In questi casi è opportuno valutare la possibilità di un sostegno individuale o di gruppo con un operatore psicosocio sanitario o in una struttura adeguata Per evitare delusioni, l'utente dovrebbe essere informato esattamente su cosa può trovare e dove.

Come posso comportarmi con un utente che è spaventato dalla comunità LGBT?

Esaminate in dettaglio i bisogni della persona e individuate modalità diverse per farvi fronte. Visitare la comunità LGBT è solo uno dei modi di tentare di risolvere alcuni problemi e non è un toccasana per tutto e per tutti. Può passare un po' di tempo prima che una persona trovi il posto, l'associazione o il gruppo adeguato ai suoi bisogni.

Salute e benessere psicofisico - Strumenti

Riflettete sulle seguenti domande:

- Come potete aiutare la persona ad elaborare i conflitti e ad utilizzare le risorse se si sente isolato?
- Come potete aiutare la persona ad elaborare i conflitti e ad utilizzare le risorse se è interessato alla comunità LGBT, ma ha dei timori a riguardo?
- Quali altre comunità conoscete oltre a quella LGBT?
- I servizi e le attività offerte dalla comunità LGBT della vostra città sono adeguati al background culturale e individuale del vostro utente?
- A quali gruppi specifici appartiene il vostro utente oltre a quello omosessuale (ad esempio, gruppi religiosi, etnici, sportivi, di genere, ecc.)?
- Esistono nella vostra zona gruppi per persone che appartengono a due o più minoranze (ad esempio, gay turchi, lesbiche ebree, ecc.)?

Una rete sociale per persone LGBT

Obiettivo: aiutare la persona a riflettere sulla sua posizione all'interno della rete sociale LGBT.

Metodo: cercate di far emergere le idee del vostro utente sulla comunità LGBT. Sente di appartenere a questa comunità? Perché? Associa la comunità ad idee e immagini negative? Si incontra con altre persone LGBT fuori dalla comunità?

Notate che: tenete presente che le persone LGBT appartenenti alle minoranze etniche spesso non frequentano questa comunità. Questo può dipendere dal timore di sentirsi nuovamente in minoranza o dal pregiudizio e dalla discriminazione effettivamente sperimentati all'interno della comunità.

8 La Storia e le culture

Introduzione

Per iniziare

I rapporti sentimentali e sessuali tra persone dello stesso sesso sono sempre esistiti. Nel corso del tempo sono soltanto cambiate le forme che essi hanno assunto e le condizioni in cui sono stati e vengono tuttora vissuti in relazione al senso che ciascuna cultura dà all'orientamento sessuale.
Oggi, ad esempio, è possibile individuare una molteplicità di identità che sussistono l'una a fianco all'altra e che non sempre possono essere classificate con uno specifico termine (come lesbica, gay, bisessuale, transessuale, eterosessuale, queer, transgender, ecc.).
Nel corso della storia europea l'omosessualità, a causa dei pregiudizi sociali, è stata a lungo perseguitata, utilizzando per giustificare tale persecuzione argomentazioni prima teologiche (il "peccato") e poi pseudo-scientifiche, che dichiaravano l'omosessualità una malattia o un disturbo mentale. Il termine "omosessualità", in effetti, fu creato nel XIX secolo ed ebbe l'effetto di trasformare il "peccato" e/o il "reato" dell'omosessualità (punibile in certi casi anche con la pena di morte) in una malattia.
Oggi la ricerca scientifica ha dimostrato come i gay e le lesbiche siano altrettanto "sani" degli eterosessuali e come le loro difficoltà non siano dovute all'orientamento sessuale ma alla discriminazione e alla cultura dell'ambiente nel quale vivono.
La condanna penale degli atti omosessuali è stata abolita in tutti gli Stati europei, inizialmente in Francia nel tardo XVIII secolo e, in seguito, negli altri Paesi, durante il XX secolo. Alla fine del XIX secolo sono nate organizzazioni sociali e politiche per le donne e gli uomini omosessuali. Durante il XX secolo, il movimento di liberazione delle donne e il movimento di liberazione omosessuale hanno promosso una generale apertura verso una sessualità libera da schemi e reso possibile lo sviluppo di un'identità lesbica o gay positiva.
Occorre specificare che la storia, così come viene insegnata nei libri, è una storia di maschi. Perciò conosciamo soltanto pochi personaggi storici femminili e in particolare pochissime lesbiche. In effetti la scarsa visibilità delle lesbiche è una delle particolari forme di discriminazione con la quale le donne omosessuali si devono confrontare quotidianamente.

Informazioni di base

In determinati periodi storici e nelle diverse società, le relazioni tra persone dello stesso sesso hanno assunto forme e significati disparati In alcune società non si parla, né si è parlato in passato di omosessualità, ma si fa soltanto riferimento a una distinzione tra il sesso passivo e quello attivo, con un senso svalutativo del termine "passivo". Questo giudizio di valore è basato sulla tradizionale divisione tra ruolo maschile e femminile che sottolinea la valorizzazione di tutto ciò che è tradizionalmente associato al maschile. In questa costruzione culturale, gli uomini definiti passivi sono visti come se fossero una sorta di donne e questa loro "femminilizzazione" li rende "inferiori".
Tutte le forme descritte sono molto diverse dalla "omosessualità moderna", cioè dai rapporti tra persone adulte dello stesso sesso che si identificano come gay o lesbiche. In queste relazioni "moderne" il comportamento sessuale e la divisione dei compiti è oggetto di negoziazione e non segue la tradizione.

Le relazioni omosessuali culturalmente accettate

Nell'antica Grecia le relazioni omosessuali erano accettate e incoraggiate a condizione che avvenissero tra uomini adulti e fanciulli. Le relazioni tra uomini erano un mezzo per rafforzare le regole e i costumi del potere maschile, per trasmettere il sapere filosofico, ma anche per rafforzare il legame personale tra i guerrieri.
Gli indigeni d'America avevano un rispetto particolare di quelle persone che essi chiamavano "dalla doppia anima", o "Berdache". Queste persone non erano considerati né uomo né donna. Spesso erano esperti stimati nel campo dell'arte e della medicina. Il "Berdachismo" assumeva una dimensione mistica e spirituale che si differenzia dalla concezione occidentale e moderna dell'omosessualità in cui l'identità di una persona ha come fulcro l'orientamento sessuale.
Inoltre in alcune culture indigene americane si ritiene che non sussista una connessione tra l'orientamento sessuale e l'identità di genere di una persona.
Un altro modo di concepire le relazioni tra persone dello stesso sesso è rintracciabile nella religione indiana delle origini. In questa, prima dell'affermarsi dell'attuale filosofia patriarcale, l'avversione verso le relazioni tra persone dello stesso sesso era sconosciuta. Vi erano persino delle divinità omosessuali, di cui è rimasta traccia nelle sculture dei templi, nei libri epici, nelle poesie e nella letteratura.

L'influenza delle religioni monoteiste

Nei Paesi in cui si sono affermate le maggiori religioni monoteistiche (Ebraismo, Cristianesimo e Islamismo) l'omosessualità è stata fortemente stigmatizzata per millenni. Sebbene le relazioni omosessuali siano sempre esistite nella storia d'Europa e del Medio Oriente, il Cristianesimo ha giudicato illegittimo il comportamento omosessuale.
Nel Medioevo, ad esempio, le donne che si mostravano troppo indipendenti dagli uomini e, in particolare, che vivevano insieme ad altre donne, potevano essere accusate di essere delle streghe. In Italia, nel XVI secolo, i rapporti sessuali tra giovani adulti erano molto comuni, mentre il sesso con una donna prima del matrimonio era severamente proibito. Per i costumi del tempo era anche abbastanza normale che padroni, servitori e amici dormissero nello stesso letto.
Nel XIX secolo, l'approccio scientifico allo studio della sessualità ha spostato, in parte, le questione relative ai rapporti omosessuali dall'ambito teologico a quello medico.
Anche oggi le persone hanno diversi modi di intendere l'omosessualità. Oltre agli stili di vita apertamente lesbici e gay ce ne sono molti altri; ad esempio nelle regioni del Mediterraneo sono molto diffuse le pratiche omosessuali, tuttavia di esse non si può parlare pubblicamente. In alcune culture influenzate dall'Islam l'attrazione omosessuale è considerata naturale e molto seducente. Fin tanto che i musulmani non rendono pubblico il loro comportamento sono consentite molte pratiche omosessuali, soprattutto a causa del divieto di praticare il sesso eterosessuale prima del matrimonio. Nonostante le pretese di alcuni attivisti fondamentalisti, l'omosessualità non può essere concepita come una novità assoluta o un fenomeno "occidentale" o "colonialista".

Che cosa significa per me?

L'evoluzione storica dei costumi in ambito sessuale e affettivo (incluse le relazioni tra persone dello stesso sesso) può rappresentare un importante tema di discussione sia a scuola, sia nella relazione d'aiuto. È un'acquisizione importante capire come le definizioni e le identità culturali siano cambiate nel corso del tempo. Ma non si tratta solo di un esercizio filosofico: le definizioni storiche e culturali aiutano a costruire il presente. La riflessione sui mutamenti nell'evoluzione storica e sociale permette ai giovani di comprendere meglio le origini degli attuali stili di vita. Può aiutare a capire come alcune definizioni sociali si siano formate nel tempo, permettendo di relativizzare comportamenti, norme, definizioni come funzionali a un periodo storico e non come verità assolute.

Educazione
(per gli insegnanti)

Tenete a mente

La storiografia non è una scienza oggettiva. L'interpretazione della storia spesso è stata uno strumento per legittimare o limitare i cambiamenti. Accrescendo la consapevolezza sulle influenze e sulle evoluzioni storiche si potrebbe imparare a riconoscere come la situazione presente sia stata influenzata dal passato e, in questo modo, sarebbe più facile trovare le risorse per cambiarla. Cosa ne pensate?

Molti specialisti ritengono che i valori, gli ideali e le consuetudini relative alla sessualità, alle differenze tra uomini e donne, al ruolo di genere mutano nel corso del tempo e siano una componente importante del controllo sociale.

Siete d'accordo?

Secondo voi vi sono stati dei cambiamenti storici che hanno esercitato un'influenza sul vostro modo di vivere le esperienze sessuali e relazionali?E sulle stesse esperienze nei vostri genitori e nei vostri nonni? Quali fattori hanno limitato o favorito la consapevolezza rispetto alla loro e alla vostra identità di genere, ruolo di genere, orientamento sessuale?

Sessualità e omosessualità sono aspetti interessanti e controversi della nostra storia sociale e culturale. In che modo si possono trattare gli aspetti storici e sociali dell'omosessualità e della sessualità in generale?

Qual è la cosa che per voi è importante che i vostri studenti imparino da queste ore di lezione?

Educazione - Domande ricorrenti

Può essere utile leggere anche le domande del paragrafo Salute e benessere psicofisico.

Dove posso trovare informazioni sulle lesbiche, i gay e i bisessuali, nella Storia?

In Internet su Wikipedia, inserendo la voce "*Storia LGBT*", si possono trovare moltissime informazioni interessanti. Consultate poi nel *Manuale di Crossing Diversity* le Appendici 3 e 4, cercando le pagine della vostra Nazione. Potrete iniziare da lì una ricerca molto stimolante e ricca di curiosità.

Quali personalità storiche erano omosessuali o bisessuali?

Molte. Solo per menzionarne alcune: Saffo, Socrate, Platone, Alessandro Magno, Aristotele, i re David e Jonathan d'Israele, gli imperatori romani Adriano e Traiano, Riccardo I d'Inghilterra (Cuor di leone), Erasmo da Rotterdam, Montezuma II (imperatore azteco), Edoardo II d'Inghilterra, Enrico III (re di Francia e di Polonia), Giacomo I d'Inghilterra, Luigi XIII di Francia, Carlo XII di Svezia, lo zar di Russia Pietro I, il re di Prussia Federico II, Cristiano II di Danimarca, Guglielmo III d'Olanda (più tardi anche re d'Inghilterra), lo zar Alessandro I, il re di Baviera Luigi II, Cristina di Svezia e l'ultimo imperatore della Cina Pu Yi.

Tuttavia nella maggior parte di questi casi la loro omosessualità/bisessualità non fu "storicamente" importante, nel senso che i loro sentimenti e il loro orientamento sessuale non rappresentarono in sé un fattore rilevante per gli accadimenti storici, come del resto per gli eterosessuali della storia. Ma tuttora per molte lesbiche, gay e bisessuali tali personalità rappresentano degli importanti modelli di ruolo e degli esempi positivi che rafforzano la loro identità e la loro autostima.

Quanto devo sapere sugli aspetti storici e culturali delle sessualità per poterli insegnare?

Non avete bisogno di molte informazioni, l'importante è essere in grado di trasmettere la varietà e la molteplicità delle emozioni, dei valori, delle morali, degli atteggiamenti e dei comportamenti nel corso del tempo e in luoghi diversi. Vi sarà d'aiuto naturalmente avere a disposizione alcuni esempi. Anche gli studenti potranno aiutarvi a trovarli. Una ricerca su personaggi omosessuali contemporanei in effetti è un ottimo modo per evidenziare come oggi l'omosessualità sia una caratteristica visibile e ordinaria della vita di molte persone che hanno un ruolo rilevante nella propria comunità.

Che cosa accadde allo Stonewall Inn?

Una svolta storica per i diritti delle persone omosessuali fu lo scoppio della rivolta allo Stonewall Inn, una birreria molto frequentata per lesbiche, gay e travestiti situata in Christopher Street nella città di New York. Fu il primo caso di resistenza organizzata contro le continue vessazioni da parte della polizia. Nel locale c'erano regolari retate e i gestori furono insultati e arrestati dalla polizia.
Quest'ultima inoltrava frequentemente i nomi alle famiglie e ai datori di lavoro, esponendo le persone all'isolamento sociale e, spesso, alla perdita del posto di lavoro. Durante una retata nel giugno del 1969 il gestore e gli avventori del ristorante si ribellarono alla polizia. Il giorno successivo il movimento gay a New York organizzò una dimostrazione che si concluse in una lotta per strada contro le forze dell'ordine e una rivolta che durò diversi giorni. Tale avvenimento viene festeggiato in molti Paesi con una sfilata annuale di gay e lesbiche chiamata "Gay Pride" o talvolta "Christopher Street Day".
È significativo il fatto che molte persone abbiano dimenticato che la prima resistenza fu portata avanti dai travestiti, alcuni dei quali erano neri.

Educazione - Strumenti

Storie

Obiettivo: rendere gli adolescenti consapevoli del modo in cui sono stati educati a percepire la sessualità.

Metodo: domandate agli studenti in che modo sono stati educati rispetto all'identità ed ai ruoli di genere e alla sessualità. Chiedete anche quali informazioni per loro importanti non hanno avuto e in che modo hanno compensato tale mancanza. Un'alternativa potrebbe consistere nell'invitare i ragazzi a chiedere ai genitori e ai nonni (o a coloro che li hanno cresciuti) informazioni sul modo in cui, loro, hanno imparato tutto questo. E' utile che i ragazzi chiedano anche ai familiari quali informazioni e quali valori avrebbero voluto trasmettere ai propri figli, quali difficoltà hanno trovato e se pensano di essere riusciti nei loro intenti.

In una seconda fase i ragazzi possono discutere le differenze che intravedono nelle loro storie. Riflettete con i ragazzi sui conflitti che eventualmente possono insorgere tra chi educa e chi viene educato. Come sono stati risolti tali conflitti?

Una possibile prosecuzione potrebbe consistere nel chiedere agli adolescenti come hanno intenzione di relazionarsi con i propri figli su questi temi. Cosa faranno se i figli avranno opinioni diverse dalle loro? Cosa accadrebbe se avessero un figlio omosessuale?

Notate che: ricordate che gli studenti potrebbero sentirsi in imbarazzo a rivelare alcuni particolari della loro vita privata, personale e familiare ed eventualmente il loro orientamento sessuale. Inoltre se a genitori e nonni vengono poste domande sulla sessualità questi potrebbero esserne infastiditi e potrebbero percepire le domande come una provocazione del giovane familiare o come un'intromissione indebita della scuola. Preparate i ragazzi tempestivamente e fate in modo che non oltrepassino i confini stabiliti dagli adulti.

Eroi ed eroine

Obiettivo: esplorare l'importanza dei personaggi storici come modelli di ruolo per i giovani LGBT.

Metodo: invitate gli studenti ad elencare personaggi storici importanti che, per qualche aspetto, percepiscono come modelli. Cercate di scoprire perché tali persone sono importanti come esempi di creatività, indipendenza, forza, sincerità,… Fate attenzione a quali esempi scelgono gli adolescenti che appartengono ad una minoranza etnica, religiosa o sociale e chiarite se ciò è in relazione con la loro posizione.

In seguito spiegate agli adolescenti che è particolarmente importante per le minoranze avere un modello di ruolo a cui rifarsi. Chiedete agli studenti la ragione di questo (poiché le minoranze sono poco apprezzate, gli esempi e i modelli di ruolo positivi aiutano a correggere l'immagine negativa) e aiutateli a formulare le loro opinioni.

Estendete la discussione all'omosessualità e domandate quali modelli di ruolo sono importanti per lesbiche, gay, bisessuali e transessuali. Potete anche riflettere sui personaggi storici importanti per le persone omosessuali o bisessuali (*vedi Domande ricorrenti*) o portare esempi relativamente recenti come Virginia Woolf, Oscar Wilde, Marcel Proust, Freddy Mercury, Pedro Almodovar…. Se opportuno, potreste mostrare la foto di un personaggio non europeo che potrebbe rappresentare un modello di ruolo positivo, come quello della cantante egiziana Om Kalthom.

Notate che: a seconda del livello intellettuale e dell'interesse dei vostri studenti potete intraprendere una discussione un po' più personale sugli attuali modelli di ruolo per le lesbiche, i gay e i bisessuali (basti pensare alle pop-star) oppure potete parlare in maniera un po' più accademica del motivo per cui le persone omosessuali bisessuali e transessuali hanno particolarmente bisogno di conoscere personaggi o esempi storici che testimonino la presenza omosessuale nel corso della storia.

Un'altra possibilità consiste nell'approfondire la rappresentazione dei gay e delle lesbiche nel cinema, mostrando un film o un documentario (*vedi Appendice 6 nel Manuale di Crossing Diversity*) e discutendone i contenuti con gli adolescenti.

UNA STORIA...

«Probabilmente posso parlarne solo con il mio amico del gruppo per giovani lesbiche e gay ebrei "Sjalhomo", pensò Aaron lungo la via per andare al Centro. Nella sua testa c'era solo un guazzabuglio di pensieri che da solo non riusciva più a districare. Gli piaceva proprio il suo insegnante di storia, filosofia e olandese, il prof. Lanssen, e quelle erano le sue materie preferite. Si era chiesto spesso se la capacità del suo insegnante di capire così tante cose potesse dipendere dal fatto di essere costretto su una sedia a rotelle e, perciò, di essersi trovato spesso a combattere gli stereotipi sulle persone disabili. Da quando Aaron si era reso conto di essere gay pensava con sempre maggior interesse agli uomini e alle donne che nella storia, nella filosofia, nella letteratura erano stati omosessuali. Possibile che il prof. Lanssen avesse omesso una cosa così importante? Forse era pazzo a dare tutta quella importanza all'omosessualità, ma tutto era cambiato da quando sapeva di essere gay. Per molti aspetti i gay vedono il mondo con altri occhi. Ecco perché Aaron doveva sapere se liberi pensatori, difensori della libertà e scrittori famosi avevano condiviso con lui questo modo di essere. A scuola, in ogni caso, nessuno diceva niente a riguardo. Era sempre stato molto bravo in storia e filosofia, ma da circa sei mesi si era sempre più allontanato dalle lezioni e dai suoi compagni di classe. Quando si sedeva da solo nella stanza non aveva problemi a studiare, ma la sua partecipazione alle lezioni era diventata molto prossima allo zero.

"Aaron, già da un po' ho notato che a lezione non partecipi più. Hai problemi a casa, o forse problemi di cuore? Sono sempre stato franco con te. Cosa sta succedendo?"

"I miei voti resteranno gli stessi anche se non è soddisfatto della mia partecipazione in classe?" Aaron fissò le sue scarpe, imbarazzato.

"Naturalmente no. Poiché sono sicuro che c'è qualcosa che non va e che per questo motivo sei diventato così silenzioso; vorrei farti una proposta. Prepara un argomento di filosofia o di storia a piacere. Con una relazione orale brillante puoi sistemare le cose, va bene?"

"Grazie, professor Lanssen."

Solo con un buon esame di maturità sarebbe potuto andare all'università. Ma poteva osare approfondire i suoi interrogativi sull'omosessualità di grandi personalità del passato in una trattazione? E se il prof. Lanssen non fosse stato d'accordo?

Aaron era convinto che gay e lesbiche esistessero da sempre, ma che fossero stati messi a tacere. Bastava solo trovarli!

"Shalom, Aaron, come sei assorto nei tuoi pensieri!" Ridendo Josef lo prese tra le sue braccia con un largo sorriso. "C'è qualcosa che non va, amore mio?"

"Ah Josef, devo fare una sorta di relazione di fronte alla classe." E Aaron gli raccontò tutta la storia. Gli altri del gruppo dei gay ebrei "Sjalhomo" si avvicinarono uno dopo l'altro ad ascoltarlo.

"Io mi sono chiesta quali donne della storia fossero lesbiche." Osservò Yael. " È certamente un aspetto importante e anche avvincente della storia."

"Hai già provato a cercare qualcosa in Internet?", disse Dani, che trova sempre tutto su Internet.

"Buona idea", disse Aaron pensieroso. "Mi aiuti?"

"Io ho fatto una lunga ricerca su questo argomento: dopo tutto studio filosofia!."

Aaron si girò verso Josef.

"Non me lo avevi mai detto!" Esclamò Aaron sorpreso.

"Meglio tardi che mai", disse Josef facendo dello spirito. "Allora Aaron, se vuoi salvare il tuo voto in storia e in filosofia, ti consiglio di scrivere su Erasmo da Rotterdam. È nato nel 1469 e morto nel 1536. Per i suoi tempi era un rivoluzionario ed era molto moderno, come teologo, ma anche come pedagogo. In sostanza è stato più un umanista che un teologo e già ai suoi tempi era famoso. Si è anche battuto per i diritti delle donne, ha promosso a diversi livelli il movimento di emancipazione. E il bello è che era gay. Sceglilo come argomento per il tuo lavoro Aaron. Vedrai, andrà benissimo! Io ti posso aiutare."

"Va bene", disse Aaron sorridendo.

"Prof. Lanssen, sto preparando la mia relazione e vorrei parlarle dell'argomento. Se ha tempo, ovviamente."

"Mi fa piacere che tu abbia accettato così prontamente la mia offerta. Di che cosa tratta?"

"Essenzialmente è su Erasmo da Rotterdam. Il nome sicuramente le dice qualcosa."
"Ma certo. Erasmo da Rotterdam è considerato il padre fondatore del pensiero illuminista."
"Ha mai pensato che Erasmo da Rotterdam poteva avere un motivo molto personale per rappresentare la corrente umanistica?"
"Per essere sincero, no. Ma tu ci hai pensato?"
"Sì, ecco perché l'ho scelto. Lo sapeva che era gay?"
"Oh...! No, non mi era noto. E credi che la sua omosessualità abbia avuto un ruolo rilevante per il suo pensiero?"
"Purtroppo non possiamo più chiederglielo, è solo una tesi. Ma ci sto basando la mia relazione."
"E' originale e forse ti aiuterà ad interessarti nuovamente alle mie lezioni."
"Sì, non volevo più tenere segreta la mia omosessualità agli altri."
"Quindi un motivo del tutto personale", disse il signor Lanssen, accompagnando le parole con sorriso. "La scelta del tema va bene, Aaron, ma vorrei ricordarti di tenere presente che al tempo di Erasmo l'omosessualità non era accettata e non se ne parlava come oggi e, in ultima analisi, non veniva chiamata così. È sempre complesso elaborare una definizione di qualcuno che non può più dire nulla su di sé. La tua relazione andrà bene se terrai conto di questo limite, va bene?"
"Ci devo riflettere ancora un po' sopra, allora", rispose Aaron.
"Posso dare un'occhiata a quello che hai già scritto?"
"L'introduzione è già pronta. Devo ancora formulare bene la parte su Erasmo da Rotterdam. E nell'ultima parte si parlerà dell'omosessualità nei giorni nostri. Per questo ho bisogno ancora di una settimana."
"Va bene", disse il prof. Lanssen e cominciò a leggere.
<La storia è come un campo di fiori in primavera, pieno di ricordi dei viaggi passati e di vite che, dal passato, vogliono raccontare una storia. Si trova sempre quello che si cerca. Nel corso dei millenni si sono raccontate milioni di storie personali e in molte di queste storie le persone si sono interrogate sulle stesse domande, sull'amare e l'essere amati, sull'orgoglio, sull' essere accettati o perseguitati. Queste situazioni sono già accadute molte volte, in qualche tempo, in qualche luogo …
Per lungo tempo lesbiche, gay e bisessuali hanno considerato l'antica Grecia, patria della poetessa Saffo, come una sorta di paradiso. Ma proprio in questa epoca le leggi di Atene posero un limite al comportamento omosessuale. Secondo il sentire comune gli uomini avrebbero dovuto avere una moglie e dei figli. Una relazione tra un uomo e un ragazzo era accettata a condizione che fosse parte dell'educazione del giovane. Di tanto in tanto la relazione era segnata dalla passione, di tanto in tanto da scopi educativi. Ma per gli innamorati era difficile diventare adulti.
La prima persecuzione degli omosessuali cominciò nella prima fase della cristianizzazione. Già Costantino (313 d. C.) condannava l'omosessualità; alcuni imperatori romani della tarda latinità(IV-VI d.C.) prevedevano addirittura la castrazione per gli uomini gay; nell'età medioevale gli omosessuali venivano addirittura bruciati vivi. Nel XII secolo con l' «amour courtois» (amore cortese) alcuni esempi d'omosessualità entrarono nuovamente in scena. Pur non conoscendo molto degli aspetti omosessuali dell'«amour courtois», è noto che il Papa dichiarò che tali relazioni amorose non dovevano assumere una dimensione omosessuale: tale affermazione lascia intuire che esistevano relazioni amorose tra i cavalieri. Nel periodo rinascimentale alcuni artisti espressero in modo più manifesto i propri sentimenti omoerotici. Furono tradotti gli scritti di Platone. Sebbene in questo periodo l'omosessualità venne ufficialmente proibita, alcuni uomini erano gay, incluso Leonardo da Vinci. All'età di 24 anni, egli fu condannato per una relazione che coinvolgeva un ragazzo di 17. In seguito ebbe una relazione con il giovane Caprotti che durò 25 anni.
Michelangelo era orgoglioso della sua identità omosessuale e la sua opera fu un ode all'amore per gli uomini.>
"Sono curioso di sapere come prosegue," disse il prof. Lanssen. "Continuerò a leggerlo venerdì prossimo." ».

Salute e benessere psicofisico
(per gli operatori psico-socio sanitari)

Tenete a mente

Tutti noi viviamo in contesti sociali e culturali i cui valori almeno in parte strutturano i nostri modi di pensare e i nostri sentimenti. Le influenze esercitate dalla storia e dalla cultura dovrebbero essere oggetto di riflessione soprattutto per chi svolge un lavoro il cui strumento fondamentale è rappresentato dalla relazione (ad esempio, gli psicologi, gli assistenti sociali, gli insegnanti, i medici).
Tenete sempre presente che la vostra storia personale influisce sul modo in cui vi relazionate con le persone.
A quale particolare cultura sentite di appartenere? La vostra cultura influenza, secondo voi, il vostro comportamento professionale? In che modo?
Persino le teorie scientifiche sono sensibili ai cambiamenti storici e culturali: ad esempio fino a qualche decennio fa in psichiatria, in psicologia e nella psicoanalisi l'omosessualità era ignorata, mal compresa, fino ad arrivare ad essere considerata come un disturbo degli affetti.
Col passare degli anni questa visione è stata abbandonata sulla base di evidenze cui è pervenuta la ricerca scientifica, a sua volta stimolata dall'emergere di una nuova sensibilità culturale. Sempre più infatti gli uomini e le donne omosessuali hanno smesso di nascondersi mostrando a tutti la serenità con cui vivevano le loro relazioni e i loro affetti. Tale processo si è saldato con la lotta per i diritti umani e il rispetto delle diversità. Questi temi hanno suggerito ricerche scientifiche più rigorose e prive di pregiudizi, ampliato lo spettro delle risposte possibili permettendo alla scienza di riconoscere l'omosessualità come uno degli esiti naturali e possibili dello sviluppo psico-affettivo di un essere umano.
Non è sempre facile parlare di sessualità in una relazione d'aiuto ma può essere molto importante far riflettere la persona su alcuni spunti, ad esempio: che cosa gli è stato insegnato sulla sessualità nel corso del suo sviluppo? Quale è stata la storia dell'omosessualità nella sua cultura di appartenenza? Persone omosessuali erano presenti nella sua comunità e come si manifestavano? Come è mutato tutto questo nel corso degli anni?
Se avrete l'occasione di lavorare con utenti appartenenti a culture differenti dalla vostra, rimarrete sorpresi nell'apprendere quante storie diverse e interessanti ci sono nel mondo.
Nel corso degli incontri con il vostro utente è possibile che vi imbattiate in atteggiamenti apertamente omofobici: attenzione a modulare con cura la vostra risposta e ricordate che il rispetto per le differenze culturali non dovrebbe venir confuso con un'accettazione acritica delle molte varianti culturali dei crimini e delle ingiustizie. In ogni caso, opporsi all'omofobia di una certa cultura non significa imporre la propria cultura "moderna", bensì avere come orizzonte personale e scientifico i diritti umani per aiutare la persona ad acquisire una maggiore integrazione sociale.
Se invece riconoscete nella persona la presenza di segni di omofobia interiorizzata che non gli permettono una affettività/sessualità serena, ricordate che è un vostro dovere professionale quello di aiutarla a superare questo ostacolo evolutivo e consentirgli una maggiore integrazione personale.

Salute e benessere psicofisico - Domande ricorrenti

Può essere utile leggere anche le domande per gli insegnanti.

Come trattare le differenze culturali nella relazione d'aiuto con una persona LGBT?

È più importante avere un atteggiamento franco con la persona, piuttosto che vaste conoscenze. Poche informazioni di base (ad esempio usare le parole "giuste") possono rompere il ghiaccio. Non abbiate timori ad esser sincero riguardo a ciò che non sapete .

È possibile che un percorso di salute e benessere psicofisico sia efficace se chi offre sostegno e la persona LGBT provengono da culture diverse?

Sì, è possibile. L'intesa sarà chiaramente più semplice se chi offre sostegno mostrerà alla persona di non ritenere la propria cultura come un parametro a cui l'altro si deve adeguare ma come una delle tante appartenenze possibili: la persona potrà sentirsi a suo agio se percepirà l'autentica curiosità ad esempio dello psicologo verso i significati, i valori, i costumi radicati nella propria cultura. Questo in genere diminuisce il bisogno di difendersi e stimola a sua volta altrettanta curiosità per le differenze dell'altro o della società che lo ospita. Ricordate che lo scambio culturale è un gioco stimolante, che ogni essere umano ha una natura dotata di plasticità e capacità di apprendere e adattarsi. Lo scambio culturale è il principale fermento dell'evoluzione umana e ognuno di noi ne è parte, anche durante un incontro di sostegno alla salute e al benessere psicofisico.. Se in alcuni casi pensate che sia preferibile indirizzare l'utente ad un collega con una competenza specifica rispetto alle tematiche LGBT, provate a contattare le associazioni LGBT del vostro territorio, sapranno sicuramente consigliarvi.

Salute e benessere psicofisico - Strumenti

Scoprire i messaggi storici e culturali sull'omosessualità

Obiettivo: la ricerca di messaggi storici e culturali sull'omosessualità rilevanti per la situazione personale della persona.

Metodo: date all'utente qualcosa da leggere sui diversi modi di vedere l'omosessualità in epoche storiche e in culture diverse. Chiedete quali messaggi sulla sessualità e sull'omosessualità gli sono stati trasmessi durante l'infanzia e l'adolescenza. Spiegate come lesbiche e gay siano influenzati, nel modo di percepire se stessi e la propria identità, dalla propria storia e dalla propria cultura. Utilizzate il confronto con un'altra storia che possieda un altro punto di vista sull'omosessualità (sarebbe particolarmente utile se poteste trovare una storia adeguata alla cultura della persona).

Notate che: indipendentemente dal materiale di lettura che scegliete questo dovrebbe, in qualche modo, avere a che fare con la situazione attuale della persona. Il testo potrebbe fornire degli esempi di modelli di ruolo, aiutare a rendere più flessibili le opinioni rigide, oppure potrebbe aiutare a contestualizzare le norme eterosessuali che limitano le condizioni di vita, il modo di pensare o di comportarsi della persona.

L'albero genealogico della "famiglia allargata"

Obiettivo: la ricerca di messaggi storici e culturali sull'omosessualità rilevanti per la situazione della persona

Metodo: fate disegnare al cliente un "albero genealogico della famiglia allargata" (con tutte le persone che percepisce come affettivamente rilevanti) ponendo le seguenti domande:

1. Qual è il legame di parentela o di vicinanza con le persone disegnate?

Cosa posso fare in casi di doppia discriminazione (ad esempio la persona è discriminata in quanto gay/lesbica/bisessuale/transessuale e in quanto musulmana)?

In tali casi l'obiettivo migliore che si possa raggiungere è che la persona riesca ad integrare gli aspetti contraddittori della propria identità. Questo è possibile se riesce con il nostro aiuto a comprendere che prima di tutto è un essere umano portatore del diritto alla vita, alla libertà ed alla sicurezza della propria persona. Egli inoltre ha diritto di vivere liberamente il proprio orientamento sessuale e ricercare la sua propria felicità. Anche se la persona appartiene ad una cultura molto repressiva o ha una bassa autostima derivante dall'omofobia e/o dal razzismo subito, sicuramente percepirà voi come un suo alleato nella ricerca del proprio benessere. Questo lavoro che potrà anche essere lungo può portare alla creazione di una sorta di bi-culturalismo, una nuova e personale sintesi delle proprie appartenenze che consente alla persona di muoversi tra di esse. La capacità di utilizzare più codici culturali consente di utilizzare le risorse di ciascuna cultura secondo le sue esigenze.
La cultura non è affatto immodificabile, ma in continuo di mutamento, aggiustamenti, ibridazioni, e sintesi straordinarie.

Come posso trattare il tema delle sessualità con persone che hanno un forte senso del pudore?

Trattare delle sessualità vuol dire toccare la sfera più intima delle persone. Occorre aver creato prima una buona alleanza rispetto al processo in atto. Un buon metodo è quello di lasciare che la persona faccia a noi le domande che più gli premono piuttosto che essere noi a chiedere. Se proprio è necessario porre domande è meglio porgerle in modo indiretto lasciando sempre l'altro libero di dichiarare che non vuole rispondere. In particolari casi si può invitare la persona a trattare per iscritto alcuni temi connessi alle sessualità anziché parlarne. Questa testimonianza di rispetto sicuramente favorirà una graduale fiducia e apertura.

2. Da dove vengono, dove sono nate?
3. Quali di queste persone ha avuto un ruolo importante nella sua evoluzione personale e sessuale?
4. Quale di queste persone le ha trasmesso messaggi sull'omosessualità? Di che tipo di messaggi si trattava?
6. Quali di queste persone la sostengono?
7. Come si comporta con coloro che eventualmente non l'approvano o hanno un atteggiamento negativo?
8. Come potrebbe aggiungere altre persone supportive al suo albero genealogico allargato?

Notate che: questo lavoro potrebbe richiedere più incontri. Non spingete le persone a rispondere alle ultime domande se non sono ancora preparate psicologicamente. Molte persone migranti con un orientamento omosessuale provano un tale senso di fedeltà alla loro rete sociale che non riescono a immaginare delle alternative. In alcuni casi essersi dichiarati in famiglia può aver provocato una crisi o una rottura con alcuni membri familiari, procedete quindi con cautela.

Suggerimenti per una comunicazione interculturale

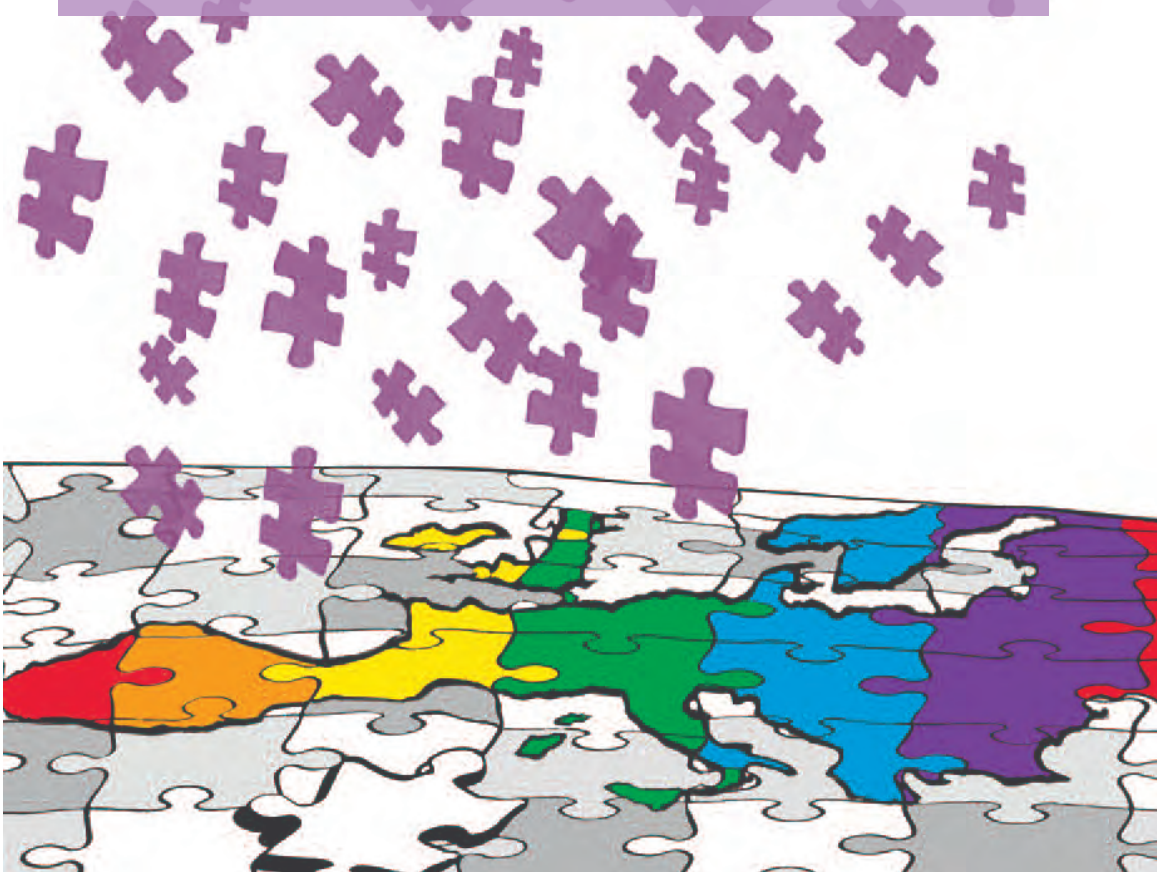
- Potete conquistare la fiducia della persona se vi interessate alla sua famiglia e non siete giudicanti. Molte culture attribuiscono una grande importanza ai legami familiari.
- Siate franchi se non conoscete le tradizioni e i costumi di un data cultura e chiedete informazioni alla persona senza svalutare quello che vi viene raccontato.
- Riflettete sul fatto che in determinate culture a chi si occupa della salute e del benessere psicofisico delle persone sono riconosciuti molto prestigio e autorità.

9 Le religioni

Introduzione

Per iniziare

È opinione largamente diffusa che tutte le religioni siano contrarie all'omosessualità. Nonostante alcuni testi confessionali sembrino condannarla, in realtà sono i credenti fondamentalisti o integralisti a essere i più intransigenti verso l'omosessualità.
Molti testi sacri denunciano specifiche forme di comportamento omosessuale maschile. Il comportamento lesbico di rado viene menzionato, probabilmente a causa della de-sessualizzazione delle lesbiche che costituisce uno specifico pregiudizio verso l'omosessualità femminile (secondo la logica sessista per la quale "non importa cosa fanno le donne!").
Non è infrequente che lesbiche, gay, bisessuali/transessuali da adulti entrino in conflitto interiore con la loro confessione.
Ciononostante molti conservano la loro fede anche se abbandonano le pratiche ufficiali e collettive a causa delle discriminazioni predicate e praticate dalle gerarchie istituzionali.



Informazioni di base

L'atteggiamento delle Chiese cristiane verso l'omosessualità

La posizione ufficiale della Chiesa cattolica romana condanna l'omosessualità. Ai suoi occhi gli atti omosessuali sono in contraddizione con il significato più profondo della sessualità, rappresentato, secondo la stessa Chiesa, dalla procreazione. Da questo punto di vista la morale cattolica è ancora oggi fortemente influenzata da un concetto di Natura e di "naturale" che ha trovato nel XIX secolo la sua maggiore sistematizzazione.

L'attuale Catechismo della Chiesa cattolica afferma che vi è una predisposizione all'omosessualità che non può essere cambiata. Secondo questa visione le persone che hanno questa "drammatica predisposizione" dovrebbero essere trattate con "comprensione e rispetto". Comunque, il comportamento omosessuale in sé viene ancora condannato come peccato grave. Gli omosessuali dovrebbero vivere secondo una regola di astinenza, sviluppando un'amicizia disinteressata (leggi "non sessuale").

Negli anni passati in alcune Chiese protestanti dell'Europa occidentale e del nord Europa si è aperto un dibattito su come trattare con attenzione pastorale persone LGBT. Alcuni settori della Chiesa protestante (ad esempio un ramo americano della Chiesa d'Inghilterra) sono molto aperti e consentono a persone lesbiche e gay di diventare preti e di consacrare le unioni omosessuali.

Anche le cosiddette Chiese evangeliche libere e alcune comunità religiose assumono una posizione strettamente conservatrice simile a quella della Chiesa cattolica romana.

Sia nella confessione cattolica sia in quella protestante ci sono sempre singole persone, singoli gruppi o orientamenti teologici che si distanziano dalle posizioni e dalle dichiarazioni ufficiali, in direzione di un atteggiamento sia più conservatore sia più liberale (un esempio è la teologia della liberazione). Per questo occorre essere cauti nel giudicare una Chiesa e tenere adeguatamente in considerazione la molteplicità di posizioni all'interno dell'istituzione.

L'atteggiamento verso l'omosessualità nell'Ebraismo

Nell'Ebraismo, come nelle religioni cristiane, vi è una profonda spaccatura tra i movimenti liberali e quelli ortodossi in tema di omosessualità. Nel loro insieme, i movimenti ortodossi tendono a proibire l'omosessualità, sulla base della condanna apparentemente espressa nel Levitico, XVIII, 22 e nella storia di Sodoma e Gomorra. In ogni caso non è chiaro anche per i movimenti ortodossi se questa proibizione si applica all'omosessualità in quanto tale: alcuni commentatori hanno sostenuto che la proibizione riguarda solo la prostituzione, lo stupro o i rapporti sessuali con uomini e donne contemporaneamente. Alcuni ebrei americani e israeliani hanno contestato, anche all'interno dei movimenti ortodossi, l'interpretazione fornita ufficialmente dei testi sopra citati. Le sinagoghe riformate sono generalmente più aperte rispetto all'omosessualità e alcuni rabbini europei consacrano le unioni lesbiche e gay (alcuni di essi dichiarano, persino, di essere omosessuali).

L'atteggiamento dell'Islam verso l'omosessualità

Nonostante la legge islamica condanni l'omosessualità, nella letteratura islamica vi sono molte allusioni all'omoerotismo maschile. I contatti corporei intimi tra persone dello stesso sesso (tenersi la mano e baciarsi in pubblico), spesso scambiata dagli stranieri come indici di orientamento omosessuale, rappresentano un comportamento abituale e più probabilmente una conseguenza della segregazione tra i sessi che induce le persone a rivolgersi al proprio sesso quando l'altro non è facilmente raggiungibile. A causa delle forti restrizioni sociali, le donne raramente parlano di sessualità in pubblico e si hanno pochissime testimonianze storiche sulla sessualità femminile.

Le convinzioni islamiche ortodosse sono contrarie all'omosessualità. Esse la condannano apertamente e contengono affermazioni minacciose contro questo "grande peccato" che deve essere punito. Il Corano tuttavia può essere interpretato anche in maniera più liberale. Non può giustificarsi una condanna dell'amore omosessuale, così come oggi viene divulgato, sulla base delle scritture del testo sacro.

Gli Hadît, una raccolta di narrazioni di cui solo alcune possono essere attribuite a Maometto, assumono invece un atteggiamento più aperto.

La legge islamica (Sharia) pone un problema rilevante. La maggior parte delle scuole giuridiche islamiche prevede infatti la pena di morte per il rapporto anale tra uomini (liwat). La legge islamica, quanto meno il codice penale, non ha necessariamente un valore religioso per i musulmani in quanto è stata scritta dagli uomini e non da Dio. Questa argomentazione può aiutare alcune lesbiche e alcuni gay musulmani a riconciliare il loro orientamento sessuale con le loro convinzioni religiose.

L'Induismo

La cultura indiana è segnata da una forte divisione sociale. Il comportamento sociale è definito in base a ciò che si può e si deve fare nei limiti della propria casta. Di fatto a nessuno è consentito discostarsi dalla norma. In tutte le classi e le caste sociali prevale un ordine patriarcale ed eterosessista, nonostante nei centri urbani esso stia andando incontro a una lenta erosione. Persino nel Kamasutra, antico testo indiano sul comportamento sessuale umano, le pratiche omosessuali descritte sono chiaramente collocate in un rango più basso di quelle eterosessuali. Occorre tenere presente che la corrente maggioritaria dell'Induismo assegna la sessualità al regno di Maia, cioè al mondo delle apparenze e delle illusioni, non attribuendole grande valore. Il Tantrismo, invece, offre prospettive diverse.

Il Buddismo

Il principale scopo della religione buddista è quello di liberare le persone dalla dipendenza. Quanto meno si fa sesso, quanto meno si dipende dal mondo tanto più si è liberi di scoprire la propria verità interiore. Ma questo percorso verso il vero sé dipende dalle scelte individuali di ognuno. Le uniche prescrizioni riguardanti il sesso sono rivolte ai monaci. La regola fondamentale, il principio etico di base, è di non recare danno agli altri, anche mediante la sessualità. Il Canone Pali, il testo sacro buddista, condanna l'omosessualità tra monaci, senza tuttavia tematizzarla in sé.

Che cosa significa per me?

La religione è un aspetto importante del sistema di valori e del retroterra culturale di una persona. Normalmente l'identità religiosa di un individuo si forma prima che egli diventi consapevole del proprio orientamento sessuale. La fede è, dunque, un aspetto profondo della personalità.

I portavoce delle istituzioni religiose danno, a volte, una visione unilaterale della religione e del significato dei testi sacri, anche sul tema della sessualità, cosa che contribuisce a diffondere l'omofobia sociale e interiorizzata. Al pensiero fondamentalista si può contrapporre il principio costituzionalmente garantito dei diritti umani che comprendono il diritto allo sviluppo della propria personalità nel suo insieme quindi anche nell'orientamento sessuale.

Nel lavoro di sostegno alla salute e al benessere psicofisico e a scuola (o più in generale nella formazione) è importante presentare i diversi punti di vista ed esplorare quale significato abbia la religione per i giovani sul piano personale.

E' sempre utile aiutare a chiarire le proprie emozioni. Soprattutto all'interno di contesti moralmente ostili all'omosessualità, è necessario sostenere i giovani nel riconoscimento dei propri bisogni e aiutarli a distinguere le convinzioni strettamente religiose dalle regole sociali e culturali in senso più ampio. Se gli adolescenti assumono una posizione che condanna l'omosessualità è importante ricordare loro che un atteggiamento di rispetto nei confronti della diversità è una qualità umana di fondamentale importanza su cui fondare una società civile. Cercate di capire come trattare i diversi punti di vista sulle norme e sui valori, aiutando gli adolescenti a sviluppare un proprio senso etico e non solo il rispetto di norme poste da altri.

Educazione
(per gli insegnanti)

Tenete a mente

La fede assume forme diverse di religiosità. In ogni religione esistono fedeli fondamentalisti i quali ritengono che i testi sacri contengano istruzioni precise per vivere rettamente in ogni tempo. Al contrario, altre persone tengono in considerazione il fatto che tali testi riflettono idee, opinioni e valutazioni morali propri del tempo in cui sono stati scritti. I gruppi più liberali mettono maggiormente l'accento sulla responsabilità personale nello stabilire i comportamenti "opportuni" o "inopportuni". Questa diversità di vedute si riflette nella varietà di approcci all'insegnamento di ciascuna religione. I fondamentalisti (e più in generale i "conservatori") tendono ad insegnare la religione in modo dogmatico, senza alcuna possibilità di interpretazione personale né di adattamento al mutare delle condizioni culturali e sociali. I gruppi più liberali accolgono il principio di libertà e responsabilità personale sino a giungere a criticare il ruolo di preti, rabbini e imam che ritengono di avere il diritto/dovere di spiegare agli altri cosa sia giusto e cosa sbagliato. La maggior parte delle persone è impegnata a trovare una propria via tra queste visioni estreme, una via che, osservando i precetti dei testi sacri e le norme religiose e culturali, tenga anche conto degli orientamenti personali.

In quale punto di questo continuum vi collochereste? In quale punto pensate si collocherebbero i vostri studenti? Cosa implica questo nel vostro rapporto con i giovani?

Qual è la vostra visione dell'omosessualità? Come vi comportate nei confronti di quei giovani che la pensano diversamente su tali temi?

Considerate il fatto che in molte religioni i fedeli hanno opinioni diverse su molte questioni di carattere morale (sulla guerra e sulla pace, sulla tutela dell'ambiente, sul trattamento dei rifugiati ecc.) persino all'interno dei gruppi tradizionalisti. Nel trattare tali temi le persone di solito mostrano un diverso grado di accettazione per le opinioni degli altri. Perché, dunque, vi è minore accettazione per le divergenze che hanno a che fare con la sessualità?

Educazione - Domande ricorrenti

Può essere utile leggere anche le domande del paragrafo Salute e benessere psicofisico.

Che cosa dice la Bibbia a proposito dell'omosessualità?

La risposta a questa domanda dipende dall'interpretazione e da come si intende la Bibbia. Si sono affermate nel corso del tempo due possibili interpretazioni. La prima nella lettura del testo sacro tiene in considerazione il contesto storico, culturale e religioso nel quale esso è stato scritto. Non tutti i divieti e le regole delle Sacre Scritture sono considerate rilevanti ai nostri giorni: per esempio il divieto di indossare abiti fatti di fibre miste (Lev 19, 19) o le regole che impongono di fare sacrifici animali. Ciò evidenzia come l'evoluzione della società influenzi e superi le rigidità interpretative dei testi sacri. Di contro, l'interpretazione ortodossa prende alla lettera ogni versetto richiedendone la sua osservanza rendendo ininfluenti i mutamenti sociali; la cosa importante è che essa si adatti alla propria ideologia e aiuti a rafforzare una percezione conservatrice del mondo. Al di là delle tradizioni interpretative bisogna dire che in linea di principio è problematico interrogare la Bibbia su queste tematiche in quanto il termine "omosessualità" e il suo significato sono molto recenti.
Al tempo in cui è stata scritta la Bibbia, non si utilizzava il costrutto teorico di "identità sessuale", oggi considerato perno fondamentale delle riflessioni sulle tematiche LGBT..

Che cosa dice il Corano a proposito dell'omosessualità?

Al contrario di quanto comunemente ritenuto, il Corano non è un libro delle leggi. In questo "libro sacro" non vi è alcuna espressione che corrisponda a "omosessualità" e nessuna parola che indichi uomini o donne attratti da persone dello stesso sesso o che hanno rapporti con queste. Tuttavia, molti studiosi musulmani e anche uomini comuni sono convinti che il Corano condanni e proibisca apertamente l'omosessualità.

A riprova di questo viene spesso citata la storia di Lot (in arabo Lût) e del suo popolo (questa storia appare anche nella Bibbia, precisamente come la storia di Sodoma), ma questa storia condanna l'offesa, lo stupro, l'ingiustizia e la violazione del diritto all'ospitalità e non il rapporto anale, associato tout court all'omosessualità. Il tema della storia non è la sessualità o l'omosessualità né l'amore e la relazione. Ne consegue che questa storia non può essere usata per condannare l'omosessualità.

Comunque il Corano non fa menzione esplicita del sesso o dell'omosessualità, della pederastia o del rapporto anale. Gli uomini accusati sono sposati e non possono essere paragonati ai gay e alle lesbiche, così come li intendiamo oggi.

Come posso trattare i pregiudizi religiosi nella mia classe?

Spiegate che esiste una grande varietà di religioni e all'interno di ciascuna una gran varietà di convinzioni e atteggiamenti religiosi, quelli ortodossi più o meno conservatori e ad agli estremi quelli fondamentalisti e quelli libertari. Iniziate una discussione sulla diversità nel gruppo. Promuovete un atteggiamento reciprocamente rispettoso e incoraggiate i ragazzi alla riflessione su di sé e al dialogo.

Educazione - Strumenti

Una lettera a Cristina

Obiettivo: avviare una discussione sul rapporto tra omosessualità e Chiesa cattolica (ad esempio) e promuovere l'empatia.

Metodo: raccontate ai ragazzi la seguente storia: "Cristina è cattolica e profondamente religiosa; al tempo stesso si sente molto attratta dalle donne. Da poco si è innamorata di Carla e adesso non ha più alcun dubbio sui suoi sentimenti. Ma trova molto difficile conciliare tali sentimenti con la propria religione, e ha paura della reazione dei suoi genitori e delle sue amiche e amici.

A questo punto fate scrivere ai ragazzi una lettera a Cristina, con la quale cercheranno di esporre le proprie idee ed esprimere le proprie emozioni liberamente .

Poi continuate il racconto dicendo che Cristina ha scritto in maniera anonima alla rubrica di una rivista nazionale: "I miei genitori e la mia Chiesa condannano i rapporti lesbici. Ma ho letto che in alcune chiese protestanti le coppie lesbiche possono sposarsi. Mi sento confusa. Chi ha ragione? Ed io cosa devo fare?"

Ora proponete di scrivere un'altra lettera chiedendo loro di immaginare di offrire a Cristina un aiuto e nuove idee. Aprite un confronto sulle opinioni e sulle sensazioni emerse.

Notate che: i ragazzi sicuramente daranno a Cristina diversi consigli che andranno dalla negazione all'accettazione dei suoi sentimenti. Focalizzate la vostra attenzione sulle lettere dei ragazzi.

Discutete le loro opinioni a proposito del legame tra religione e intolleranza culturale e sociale.

Tale lavoro funziona al meglio in gruppi eterogenei dal punto di vista religioso.

L'accettazione dell'altro

Obiettivo: Obiettivo: promuovere il rispetto reciproco e l'accettazione dell'altro nel contesto religioso.

Metodo: cominciate spiegando ai ragazzi che il concetto dell'amore per il prossimo è importante in tutte le religioni del mondo. In prima battuta

domandate se condividono questo valore. In caso affermativo invitateli a discutere su come applicare tale concetto a lesbiche, gay, bisessuali e transessuali.

Notate che: è consigliabile conoscere le argomentazioni che possono portare i ragazzi nel dibattito (ad esempio, potrebbero ritenere che l'amore per il prossimo implichi il non permettere al prossimo di peccare; in questo caso potreste rispondere che l'attenzione per il prossimo non dovrebbe limitare la sua libertà di scelta). Non consentite che la discussione si limiti a testi o regole religiose. Rivolgete l'attenzione, invece, agli aspetti spirituali e amorevoli della religione.
È importante durante la discussione trattare gli adolescenti con equità e stare attenti a non "predicare la tolleranza".
Può accadere che gli studenti in linea di principio riconoscano l'importanza del rispetto e dell'accettazione dell'altro ma provino ugualmente emozioni negative rispetto all'omosessualità; in tal caso accettate i loro sentimenti ed esplorate come si relazionano ad essi.

"La guarigione"

Obiettivo: analizzare il mito secondo il quale l'omosessualità potrebbe essere "curata".

Metodo: iniziate raccontando ai ragazzi che secondo alcuni fondamentalisti cristiani l'omosessualità sarebbe un disturbo mentale che può essere "curato". Chiedete cosa ne pensano di tale idea. Fate fare ai ragazzi una ricerca in Internet su tale opinione e fate ricercare informazioni sulle presunte "terapie" per l'omosessualità, facendo mettere per iscritto i risultati a cui sono pervenuti (se si inseriscono in un motore di ricerca le parole "terapia ripartiva omosessualità", ci si imbatte in alcuni recenti dibattiti relativi al tema).

Notate che: utilizzate questo lavoro tenendo presente il rischio di esporre gli studenti alla propaganda anti-gay. Fornite ai ragazzi delle informazioni corrette sulle cosiddette "cure" per l'omosessualità, facendo chiarezza sul fatto che non è possibile modificare l'orientamento sessuale, emotivo e sentimentale di una persona LGBT verso l'eterosessualità/bisessualità.

UNA STORIA...

<Teresa> Parliamo di religione oggi?
<Aaron> Sì, il tema è questo.
<Almira> Trovo formidabile che abbiate scelto questo tema!
<Julie> Prima di cominciare, e dato che siamo in tema: chi di voi vuole venire al prossimo Europride?
<Koray> Se ci dici di che cosa si tratta, posso pensarci su ...
<Julie> Gay e lesbiche di tutta Europa si incontrano nell'ambito della manifestazione del Gay Pride e organizzano una settimana interculturale su diversi temi. Pensavo che uno potrebbe essere la religione. Ma non ci voglio andare senza di voi.
<Koray> Vuoi dire che prepariamo un tema e poi organizziamo insieme un evento culturale?
<Julie> Esattamente.
<Aaron> Tramite Internet, senza conoscerci?
<Almira> Io non ho la sensazione di non conoscervi. Pensa a Elsa e Chloé: alla fine si sono conosciute proprio attraverso la chat.
<Aaron> Già, convinto… Allora, chi comincia?
<Kristin> Io provengo da una famiglia molto cristiana. Penso che questo sia il motivo per cui non ho mai avuto il coraggio di dire ai miei genitori di essere lesbica.
<Koray> Cosa accadrebbe se lo facessi?
<Kristin> Non ne ho la più pallida idea. I Cristiani osservanti rifiutano l'omosessualità.
<Julie> I miei genitori ritengono che Dio abbia avuto un motivo per creare l'omosessualità. Credono che tutto sia stato creato da Dio e quindi l'accettano abbastanza.
<Kristin> Sì, però Dio ha anche permesso il male, direbbero i miei. Ad esempio l'adulterio e l'assassinio sono proibiti.
<Julie> Ad ogni modo l'omosessualità non compare nei dieci comandamenti come una proibizione.
<Kristin> Ne dovrò parlare all' HuK. Buona osservazione Julie!
<Aaron> Che cos'è l'HuK?
<Kristin> L'organizzazione " Homosexuelle und Kirche" (Omosessuali e Chiesa). Ci sono stata un paio di volte. Ci sono persone carine. Si battono per la parità dei diritti. Discutono, ad esempio, sul fatto che Gesù non ha mai detto niente a proposito di omosessualità. Né di positivo, né di negativo. E affermano che San Paolo, ad esempio, non poteva parlare di omosessualità, perché il concetto di omosessualità è apparso solo nel XIX secolo. In ogni caso promuovono la libertà di scelta. ;-)
<Koray> Mi sembra ragionevole.
<Kristin> Sì certo, ma i cristiani molto credenti lo interpretano in maniera diversa, naturalmente.
<Kristin> Nemmeno i miei genitori sanno che sono gay. Ma per me non è neanche così importante e poi ho altri problemi che sono molto più gravi.
<Aaron> E hanno a che fare con la religione?
<Koray> In verità, hanno più a che fare con il comportamento che gli omosessuali non musulmani hanno con noi gay musulmani. E anche con la reazione che tutto il mondo musulmano ha verso l'omosessualità.
<Aaron> Significa che non appartieni a nessuno dei due gruppi?
<Koray> Sì, me ne sto rendendo conto. Immagina questo: ti presenti ad un gay non musulmano e gli racconti di essere musulmano. Questo ti risponderà sconcertato che le due cose non vanno bene insieme, o sei gay o sei musulmano.
<Kristin> Perché?
<Koray> Temo che sia così in tutto il mondo. In Austria, comunque, sono innanzitutto uno straniero, il quale, in ogni caso, non può essere gay. Molte persone nella comunità gay la pensano così. Se poi dico di essere musulmano, allora ho risolto tutti i miei problemi: nessun gay verrà più con me.
<Aaron> Certo, posso immaginarmelo. Ci sono orrendi pregiudizi ovunque, anche nella comunità gay, vero?
<Koray> Ehi, non lo so come funziona con voi ebrei, ma per quanto riguarda i cristiani ho avuto l'impressione che la famiglia non conti poi così tanto, in ogni caso. È per questo che alla maggior parte dei cristiani anche il coming out non risulta così difficile. Ma la

mia famiglia è veramente molto importante per me e io lo sono per i miei cari. Semplicemente i legami sociali sono molto forti e importanti per tutti noi, soprattutto perché cresciamo in una cultura ospite. E trovo che sia giusto così. Le famiglie dovrebbero essere unite.
<Aaron> @Koray: una mamma yiddish non è da sottovalutare ;-). Parleremo dopo di questo. Che cosa vuoi farci?
<Koray> Credo che la mia famiglia conti di più della più cara comunità gay (non prenderla come una questione personale). Probabilmente mi sposerò e avrò comunque i miei partner. Raccontaci Aaron, che cosa succede con la tua mamma yiddish?
<Aaron> È difficile ignorare una mamma yiddish. C'è la sindrome di essere superprotetto. Vuole sempre il meglio per il proprio figlio. Difficile replicare. Ma ritornando nuovamente a te Koray, vicino a casa tua non c'è un gruppo gay musulmano? Non sarai certo l'unico?
<Koray> No, naturalmente non sono l'unico. Ma credo che qui non ci sia niente di simile.
<Aaron> So di un mio amico in Germania che è attivo presso il gruppo Türk-Gay. Dai un'occhiata in Internet: hanno anche una pagina Web.
<Koray> Buon consiglio, grazie.
<Koray> Anch'io sono musulmana. Musulmana bosniaca però. In Kosovo, dove dovrei essere espulsa, probabilmente dovrei portare anche il velo e sposarmi. Essere omosessuali là può significare anche dover morire.
<Koray> Oh cara, allora è meglio che resti qui, no?
<Almira> Sì, lo penso anch'io. I miei genitori sanno già che io sono lesbica. All'inizio anch'io ho pensato che mi avrebbero ripudiata per sempre, ma non l'hanno fatto Koray. Forse hai più paura di quanto non dovresti?
<Koray> Farò una chiacchierata con quelli del Türk-Gay e vi terrò informati, va bene?
<Julie> Va bene Koray. Il prossimo anno andrai all'Europride?
<Koray> Me ne sto occupando Aaron, adesso raccontaci qualcosa tu.
<Aaron> Io in ogni caso lo dirò ai miei genitori e penso anche che capiranno. Per me è importante poter avere fiducia in loro e loro in me. Mantenere il segreto avrebbe alla lunga un effetto terribile. Nessuno di loro lo vorrebbe.
E a proposito dell'ebraismo, non è un problema di nazionalità. Solo per essere chiari: alcuni del nostro gruppo di gay/lesbiche sono religiosi, altri per niente.
Siamo ugualmente ebrei, perché i nostri genitori sono ebrei.
<Kristin> Puoi dire ugualmente qualcosa sull'omosessualità e sulla fede?
<Aaron> Certo. Gli ortodossi sono contrari all'omosessualità in tutte le religioni, credo. Le tre religioni monoteiste non si differenziano affatto. Ma nell'Ebraismo c'è una corrente fortemente liberale/progressista che riguarda circa il 60%, se non di più, degli ebrei. Suppongo che sia lo stesso per i cristiani e spero in una simile evoluzione nell'Islam. Ma non sono un esperto delle altre religioni, come ho già detto, quindi penso sarebbe meglio se gli altri dicessero qualcosa in proposito, perché io posso parlare solo di quello che succede nell'Ebraismo, okay?
<Kristin> Certo, io vorrei occuparmi dei movimenti liberali cristiani, posso? Ho anche letto qualcosa sugli analoghi movimenti liberali musulmani. Molte femministe musulmane si stanno battendo per una svolta liberale.
<Aarona> Grazie Kristin. A prescindere dal fatto che uomini e donne hanno gli stessi diritti nell'Ebraismo liberale, c'è anche una grande apertura nei confronti dell'omosessualità. A New York ad esempio ci sono comunità di gay e lesbiche con 3000 membri.
<Julie> Wow! Bellissimo!
<Aaron> Sì, e a Londra c'è un collegio dove vengono formati solo rabbini e rabbine che non hanno problemi con l'omosessualità. Sotto questo aspetto vengono attentamente esaminati al momento della selezione.
<Almira> Eccellente! Lo racconterai alla nostra bellissima manifestazione del prossimo Europride?
<Aaron> Molto volentieri, ci sarò!

Salute e benessere psicofisico
(per gli operatori psico-socio sanitari)

Tenete a mente

La salute fisica

Alcuni sono dell'idea che gli operatori psico-socio sanitari dovrebbero essere in grado di prendere le distanze dalle proprie convinzioni religiose. Cosa ne pensate? Secondo voi è possibile raggiungere tale "obiettività"?
Se un operatore condanna tacitamente la posizione morale di una persona che a lui si è rivolta, quali saranno le conseguenze sulla sua capacità di ascoltarla? Fino a che punto, secondo voi, le vostre convinzioni religiose influenzano il vostro comportamento verso le persone che si rivolgono a voi? Trovate, ad esempio, possibile o accettabile consigliare alle persone di astenersi completamente dai rapporti sessuali?
Se siete dei medici sarete sicuramente considerati persone di un certo riguardo e può darsi che esercitiate una forte influenza psicologica sui giovani. Anche se siete del parere che questo aspetto non sia molto importante, in quanto vi occupate principalmente dello stato di salute fisico, la vostra influenza è maggiore, probabilmente, di quanto crediate. Riflettete ad esempio su come vi comportate dinanzi a domande riguardanti i rapporti sessuali protetti in generale e, in particolare, con gay e lesbiche. È importante rendersi conto del proprio background religioso e di come la religione influenzi i propri principi morali, anche se ci si occupa "soltanto" della salute fisica di una persona.

La salute mentale

Nel corso del nostro sviluppo, la religione diviene parte del nostro codice morale; essa svolge il compito di insegnarci a distinguere cosa dobbiamo o non dobbiamo fare. Se durante seduta l'incontro di sostegno alla salute e al benessere psicofisico si presentano temi di carattere religioso, è di estrema importanza che uno psicologo, ad esempio, riconosca le proprie convinzioni religiose; i tentativi di apparire "neutrale" possono creare delle difficoltà nell'interazione tra chi offre sostegno e la persona che a lui si è rivolta.
Tuttavia uno psicologo dovrebbe fare in modo che la propria fede religiosa non influenzi percorso di sostegno psicologico in maniera dannosa. Per esempio, se i conflitti di una persona con la propria omosessualità derivano dalle sue convinzioni religiose e se queste risuonano (consciamente o inconsciamente) con le convinzioni dello psicologo, ciò può risultare estremamente dannoso per la salute mentale della persona stessa. Siete in grado di riconoscere le vostre convinzioni religiose? Quali codici morali sono importanti per voi? Che ruolo assumono tali codici nello svolgimento della vostra professione?
Ogni operatore psico-socio sanitario porta con sé un bagaglio di norme e aspettative culturali. Nel corso del colloquio possono emergere conflitti riguardanti valori culturali o religiosi che l'operatore può ritenere utile discutere apertamente. Riconoscete di avere dei conflitti interiori irrisolti riguardo la vostra religione? Come vi comportate in tal caso durante gli incontri? Come vi comportate con una persona che appartiene a una confessione religiosa diversa dalla vostra? In quali situazioni secondo voi è meglio continuare a lavorare con una persona difficile da aiutare e quando è meglio indirizzarlo ad un vostro collega della stessa religione o che non sia influenzato dal suo credo personale?

Salute e benessere psicofisico - Domande ricorrenti

Può essere utile leggere anche le domande per gli insegnanti.

Come dovrei comportarmi se nella religione di una persona LGBT che si rivolge a me fossero proibiti gli atti omosessuali?

In questo caso è di fondamentale importanza capire quale posto occupa la religione nella sua vita per comprendere se è possibile prendere le distanze da modelli di comportamento tradizionalmente prescritti.
È necessaria una solida alleanza tra l'utente e l'operatore per lavorare sui conflitti che riguardano l'omosessualità/bisessualità/transessualità.
Un operatore psico-socio sanitario deve capire quanto tali conflitti derivino dalle proibizioni religiose e/o, in senso più ampio, dalle aspettative familiari e culturali interiorizzate. Confrontatevi con il vostro utente su cosa significhi per lui prendere alla lettera i testi sacri.

Le mie convinzioni religiose condannano l'omosessualità. Sono tenuto a prendere in carico una persona lesbica o gay ?

Le convinzioni religiose di chi offre sostegno alla salute e al benessere psicofisico entrano a far parte del percorso di aiuto, come tutti gli altri aspetti del suo background culturale. Uno psicologo, ad esempio, che per motivi religiosi ha delle riserve verso l'omosessualità e i comportamenti omosessuali, dovrebbe astenersi dal trattare persone LGBT e indirizzarle ad un collega. È indispensabile, perciò, che l'operatore psico-socio sanitario sia consapevole della sua posizione verso l'omosessualità e della responsabilità che la sua professione gli impone .

È possibile essere religioso e allo stesso tempo vivere apertamente la propria omosessualità/bisessualità/transessualità?

Sì. Molte lesbiche, gay, bisessuali e transessuali sono in grado di conciliare una vita privata felice con un rapporto sereno con la propria religione. Alcuni si sono integrati in gruppi o chiese che hanno un atteggiamento liberale verso l'omosessualità (questo vale soprattutto per alcune confessioni protestanti ed ebraiche). A volte queste chiese celebrano le unioni lesbiche o gay e hanno preti dichiaratamente omosessuali.
Esistono anche organizzazioni laiche di lesbiche e gay che si occupano del tema dei conflitti tra omosessualità e religione.

Salute e benessere psicofisico - Strumenti

La guida spirituale

Obiettivo: chiarire l'importanza della religione nella vita della persona e identificare i problemi che questo comporta rispetto al tema.

Metodo: invitate la persona a immaginare una situazione in cui lui e un amico, incontrano un prete, un imam, un rabbino o una guida spirituale. Concedetele un po' di tempo, affinché immagini la situazione e, successivamente, invitatela a parlarne. Cosa succede durante l'incontro? Se la persona non fosse in grado di prospettare questa situazione, allora potrebbe immaginare che un amico intimo gli ponga delle domande critiche sulla sua vita o sui suoi bisogni.

Notate che: tale lavoro può essere svolto in gruppo o in un incontro individuale. Ponete l'attenzione al fatto che in alcune persone l'immagine di un rappresentante dell'autorità religiosa può suscitare sentimenti piuttosto negativi. Lasciate scegliere alla persona stessa una figura che lei percepisca come una vera guida spirituale.

L'equilibrio tra sessualità e religione

Obiettivo: esaminare il ruolo svolto dalla religione nella vita dell'utente. Questo lavoro dovrebbe aiutarlo a trovare un equilibrio personale tra l'espressione della propria sessualità e la professione della propria religione e dei propri valori.

Metodo: invitate la persona a parlare del posto che la religione occupa nella sua vita. Esaminate con lei l'atteggiamento tenuto, nel corso del tempo, da importanti figure religiose verso l'omosessualità Discutete sul relativismo storico e culturale della religione come mescolanza di aspetti sociali e spirituali e anche come strumento di controllo sociale. Cercate di capire se la religione è un aspetto importante dell'identità individuale della persona. Nel caso lo sia, consigliatele di contattare i gruppi religiosi di omosessuali (quando questo è possibile). Ciò può aiutare la persona stessa a trovare una rete di supporto e un gruppo con il quale identificarsi.

Notate che: tale lavoro può essere eseguito in gruppo o in un incontro individuale individuale. Nel setting di gruppo la "religione" può essere trattata e discussa come tema centrale se rappresenta una questione importante per tutti. Questo non vuol dire che tutti devono avere un credo religioso, anche un ateo può essere interessato a discutere questo tema. In questa discussione è indispensabile distinguere tra norme religiose e spiritualità. Le norme si riferiscono solitamente alle relazioni tra gli uomini, la spiritualità al rapporto personale con il divino. Nei casi in cui le norme religiose siano intransigenti verso l'omosessualità, l'accento dovrebbe essere posto sulla relazione personale con la divinità, senza eliminare la speranza di modificare le norme.

Role- playing: dialogo tra un religioso e un giovane LGBT

Obiettivo: affrontare il conflitto tra religione e omosessualità bisessualità e transessualismo.
Metodo: una persona mette in scena la parte di una giovane lesbica e un'altra quella di un prete. La ragazza vuole parlare dei propri conflitti e chiedergli una guida spirituale (naturalmente potete modificare l'esercizio facendo interpretare la parte del giovane a un ragazzo omosessuale, bisessuale o transessuale). Il resto del gruppo osserva. Dopo qualche minuto cambiate i ruoli. Tutte le persone che desiderano recitare una parte possono farlo. Quando la discussione tra il giovane e il religioso non porta a nessun nuovo punto di vista, invitate i componenti del gruppo ad indicare cosa hanno notato e provato come attori e come spettatori.
Notate che: se le persone esitano a recitare la parte del giovane LGBT, all'inizio recitate voi questa parte. Potrebbe essere utile recitare in maniera in qualche misura "inadeguata"; questo potrebbe indurre altre persone a tentare di fornire una performance migliore della vostra.