

## Assunção da Homossexualidade e Identidades

### Introdução

#### Em primeiro lugar

Uma das principais diferenças entre homofobia e outras formas de discriminação, como sexismo e racismo, é que os sentimentos homossexuais não são reconhecidos do exterior, a não ser que a pessoa decida mostrá-los abertamente. Os sociólogos chamam a este fenómeno “estigma invisível”, isto é, o sexo da pessoa e a origem étnica. Para evitar possíveis reações hostis, os gays e as lésbicas têm de decidir frequentemente se revelam ou não a sua sexualidade.

“Assumir-se” significa assumir a sua orientação sexual perante si mesmo e os outros.

A assunção da homossexualidade é considerada um dos passos chave para o processo de desenvolvimento de uma mais vasta identidade através do qual as pessoas LGBT aprendem a lidar com o estigma social aliado à sua orientação sexual. De facto, isso começa no momento em que os indivíduos se identificam a si próprios claramente como homossexuais. Cada história de alguém a assumir-se é única e gradual, um processo em curso. Há pessoas que se assumem no trabalho, mas não perante a família, outras assumem-se só aos amigos mais próximos, outras são abertamente homossexuais. Claro que este é um processo crucial que envolve não só as pessoas homossexuais mas também as pessoas que as rodeiam, sendo uma oportunidade para um crescimento tremendamente emocional para todas as partes envolvidas.



Deste modo, “assumir-se” é um processo que tem início com a tomada de consciência dos indivíduos deles próprios e dos seus sentimentos, continua através da identificação e da satisfação das suas necessidades, e termina com a confrontação/encontro com os outros e com o ambiente circundante.

De acordo com o modelo de Coleman, há um estágio chamado pré-assunção: as crianças com mais de três anos já formaram a sua identidade de género e aprenderam os valores éticos da sua família e grupo social. A maioria das crianças interioriza muito cedo um julgamento negativo da homossexualidade. Consequentemente, essas crianças que descobrem as suas inclinações homossexuais começam a sentir-se sozinhas, diferentes e confusas. Os sentimentos que caracterizam este tipo de experiência são considerados desagradáveis e são rejeitados através de defesas psicológicas reais: de cada vez que as pessoas negam os seus sentimentos e evitam expressá-los, estão a magoar-se. Basicamente, os indivíduos, na fase de pré-assunção, muitas vezes nem estão conscientes dos seus sentimentos homossexuais, são incapazes de apontar o que está mal ou, se têm consciência desses sentimentos, estes vêm acompanhados de baixa autoestima, vergonha, sentimento de desmerecimento ou experienciam-nos como uma parte separada da sua personalidade.

Em vez disso, quando se assumem, os indivíduos tomam consciência dos seus sentimentos homossexuais. Associam estas emoções, necessidades e fantasias a eles próprios, e aceitam-nas, apesar de não se identificarem completamente com os estereótipos ou as imagens sociais da homossexualidade; eles reconhecem as emoções, sentimentos, necessidades e fantasias como próprias ao associarem-se a elas e ao aceitarem-nas. Então, com o passar do tempo, cresce a necessidade de contar estas experiências a outros que tenham um significado especial nas suas vidas. Este é um momento muito delicado, onde podem experienciar a alegria de serem aceites, assim como a dor de serem rejeitados.

Podemos assim imaginar que, para pessoas LGBT, assumir-se não é uma decisão final, tomada numa determinada fase; é sim um processo contínuo de tomada de decisões, para ser desenvolvido passo a passo, que começa quando a pessoa – normalmente adolescente – se apercebe dos seus sentimentos homossexuais. Desse momento em diante, terá de decidir se se assume, ou não, sempre que encontra uma pessoa que “desconheça esta situação”.

## Informação de base

A puberdade é um momento crucial no desenvolvimento de qualquer ser humano. Enquanto os adolescentes heterossexuais começam a experimentar a sua sexualidade e os seus primeiros sentimentos amorosos pelo sexo oposto, os homossexuais sentem-se postos de lado nesta fascinante experiência. A pressão social que rodeia os papéis em função do género é extremamente forte e as pessoas cuja identidade sexual não se ajusta ao modelo tradicional têm a sensação de não ter lugar no mundo e sentem-se sozinhos, confusos, “anómalos”. Isto poderá conduzir, por vezes, ao suicídio.

Durante a puberdade, sentindo-se desamparados, alguns gays e algumas lésbicas sentem-se forçados a escolher entre uma vida dupla (heterossexual em público e homossexual em privado) ou assumir-se em público.

O processo de assunção é influenciado por um número de variáveis: género, grupo étnico, ambiente circundante (urbano vs. rural), valores e atitudes da sociedade, características individuais e capacidade física. Também a forma como os rapazes e raparigas são socializados dentro dos papéis tradicionais de género tem influência na sua assunção. Muitos conselheiros notam que as raparigas descobrem, por vezes, a sua orientação homossexual depois de sentirem uma atração “sentimental” ou “amorosa” por outras raparigas, enquanto os rapazes se apercebem frequentemente disso depois de descobrir que se sentem sexualmente atraídos por outros rapazes ou depois de terem com eles relações sexuais.

Não há figuras de referência para gays, lésbicas e bissexuais. Este problema pode ser ainda mais pronunciado para imigrantes. Não há virtualmente figuras públicas assumidamente homossexuais que pertençam a minorias étnicas com quem os jovens se identifiquem. A falta de figuras de referência conduz a que muitos gays se sintam isolados e tenham baixa autoestima.

Ser gay ou lésbica e, ao mesmo tempo, membro de uma minoria étnica significa ter um estatuto social múltiplamente minoritário.

Uma lésbica negra, por exemplo, terá de lutar contra o racismo, o sexismo e o heterossexismo.

No entanto, há uma diferença entre o estatuto minoritário aliado à orientação sexual e o estatuto minoritário aliado à origem étnica. Os jovens gays e lésbicas nascem e crescem em famílias que não previram a sua orientação sexual e que normalmente reagem a ela com sentimentos negativos (por exemplo, medo, nojo, ódio, sentimento de culpa). Os pais de gays e lésbicas frequentemente lamentam a perda da imagem heterossexual do/a seu/sua filho/a como se estivessem a fazer o luto pela morte dele/a. Por outro lado, um rapaz ou uma rapariga que pertença a uma minoria étnica cresce numa família que provavelmente sentirá orgulho no seu contexto cultural e por isso apoia e fortalece a identidade da criança.

## O que significa para mim?

Assumir-se tem de ser uma escolha pessoal e é um processo contínuo. Por essa razão, é importante tratar as decisões dos rapazes e das raparigas com respeito. Para poder providenciar o apoio adequado, será preferível criar uma atmosfera segura e empática na qual os adolescentes possam falar livremente acerca das suas necessidades. Eles devem ser apoiados e ajudados a gerir os seus sentimentos e a construir as suas identidades.

É importante que respeite as emoções dos adolescentes e os aceite como eles são.

Os conselheiros e os educadores devem aceitar as autodefinições do adolescente sem as questionar. Lembre-se que há pessoas que têm relações sexuais com outras do mesmo sexo mas não se definem como homossexuais. É, por isso, importante compreender o que os adolescentes querem dizer quando se descrevem a si próprios.

# Educação

## A ter em conta

- O que pensa de estudantes que se assumem perante os colegas? Acha que isso é importante para adolescentes gays e lésbicas? Teme esta situação? Reagiria de forma positiva?
- O adolescente não deverá ser forçado a assumir-se perante os seus colegas. A decisão terá de ser sempre dele/dela porque isso afetará profundamente a sua vida.
- Considere as dificuldades que as pessoas de diferentes contextos culturais têm de enfrentar quando se assumem.
- Como pensa que os seus alunos reagiriam se um colega se assumisse? Qual seria o ambiente na sala de aula? Um estudante atrever-se-ia a revelar publicamente a sua homossexualidade?
- Se considera que a assunção dos alunos não é, em princípio, um problema na sua escola, conseguiria identificar os 5-10% de estudantes gays e lésbicas da escola?
- Sabe porque é que os alunos poderiam reagir de forma negativa a este assunto? Lembre-se que eles estão em pleno processo de construção da sua identidade e, provavelmente, sentem que é perturbante confrontar alguém que não segue as regras da maioria: isto questiona implicitamente o rumo do seu próprio desenvolvimento.

## Educação - Perguntas Frequentes

*Por favor, considere também as perguntas para os conselheiros.*

### **Como é que os adolescentes percebem se são gays, lésbicas ou bissexuais?**

A maior parte dos gays, lésbicas e bissexuais apercebem-se disso da mesma forma que os adolescentes heterossexuais se apercebem dos seus sentimentos amorosos e desejo sexual para com o sexo oposto. Este processo começa mais cedo do que possa pensar, no início da puberdade. Como a homossexualidade é estigmatizada socialmente, demorará mais tempo a reconhecer sentimentos homossexuais, especialmente se forem reprimidos.

### **Que reações pode esperar uma pessoa que se assume?**

Não uma resposta direta a esta questão, já que as situações individuais podem variar muito. Se um rapaz gay ou uma rapariga lésbica consideram que a homossexualidade é algo pelo qual se devem sentir envergonhados, certamente interiorizaram a homofobia que está – consciente ou inconscientemente – presente no seu contexto ou família. Neste caso, ao assumir-se, será confrontado

# Educação - Ferramentas

## Jogo - Eu Sim / Eu Não

*Objetivo:* experimentar como é pertencer a um grupo minoritário.

*Método:* prepare uma lista de questões sobre “quem” se comporta de determinada forma (por exemplo: Quem já fumou pelo menos uma vez na vida? Quem já andou de autocarro sem pagar bilhete? Quem já beijou uma rapariga ou uma mulher? Quem já beijou um rapaz ou um homem? Quem iria a um bar gay? E outras questões relacionadas com amor, relacionamentos e sexualidade). Os participantes andam à volta da sala enquanto as questões são colocadas. Há duas zonas opostas na sala: uma para as respostas “Eu” e outra para as respostas “Eu Não”. Estas são as únicas respostas possíveis. Os participantes são instruídos antes do exercício a responderem escolhendo uma das duas zonas da sala, para permanecerem em silêncio e se absterem de fazer comentários durante o exercício. O principal objetivo do exercício é observar a situação determinada pelas respostas e a forma como as pessoas se dividem pelas duas zonas.

Depois de cada questão, os participantes têm de se dividir em dois grupos: aqueles que responderam “Eu” vão para um lado da sala e aqueles que responderam “Eu Não” vão para o lado oposto. Os participantes têm de olhar para as pessoas na sala, reparando em quem está ao seu lado e quem está no lado oposto, e prestando atenção aos seus próprios sentimentos. Depois todos começam a andar à volta da sala até a próxima questão ser colocada. Uma nota importante: os participantes estão autorizados a mentir, isto é, ninguém deve ser forçado a responder às questões dizendo a verdade. É por isso que a última questão deverá ser: “Quem é que mentiu pelo menos uma vez durante este jogo?” As questões devem ser seguidas por uma discussão de grupo sobre as emoções e sentimentos dos participantes, incluindo possíveis sentimentos de surpresa (se for o caso).

Note bem: neste jogo, os alunos podem experimentar a situação daqueles gays, lésbicas e bissexuais que têm de esconder uma importante parte das suas vidas. É importante que o professor também responda às questões, movimentando-se para um lado e para o outro da sala. O professor poderá terminar a sessão colocando uma última questão: “Quem é que não disse a verdade pelo menos uma vez durante este jogo?” e respondendo “Eu”, caso contrário a maioria dos alunos não se atreverá a dizer que mentiu.

com hostilidade. Por outro lado, se alguém é aberto e se sente à vontade com a sua condição, provavelmente cresceu num ambiente mais acolhedor que lhe permitiu interiorizar uma imagem positiva de si próprio e dos outros. Assim, as pessoas que o rodeiam possivelmente responderão de uma forma positiva. Absurdamente, aqueles que mais necessitam de ajuda são aqueles que encontram menos apoio no seu círculo mais próximo.

### **Porque é que alguém é gay, lésbica, heterossexual ou bissexual?**

Até à data, não há uma resposta científica para esta questão. A explicação mais comumente aceite é que a orientação sexual é o produto de complexas interações entre fatores biológicos, psicológicos, sociais e culturais.

### **Como lidar com um adolescente que se assume nas aulas?**

Os adolescentes raramente se assumem nas aulas. Mas se isso acontecer, será melhor falar sobre isso em frente da turma o mais francamente possível. O rapaz/A rapariga em questão deverá ser consultado/a previamente e conceder autorização para isso.

Quando discutir o assunto na aula, não se refira diretamente ao aluno que se assumiu, mas fale em termos gerais. Aumentar o conhecimento das pessoas acerca de gays, lésbicas e bissexuais é crucial para evitar a exclusão social.

## No seio da família

*Objetivo:* explorar as crises que ocorrem quando as pessoas se assumem perante as suas famílias e familiares.

*Método:* os alunos são convidados a falar sobre os principais problemas que já tiveram com os seus pais (dificuldades, desacordos, etc.), sobre a forma como eles e os pais resolvem as divergências, e as reações emocionais envolvidas quando as suas (dos adolescentes e pais) expectativas são diferentes. Os alunos discutem as reações possíveis das famílias que descobrem que o/a filho/a é homossexual. Para incentivar a discussão, pode mostrar aos alunos o vídeo musical da canção “Smalltown boy”. De seguida, uma rapariga é convidada a desempenhar o papel de uma aluna que descobre que a sua irmã é lésbica durante o intervalo e não sabe se deverá contra aos pais. Finalmente, os alunos analisam e discutem o que se passou durante a dramatização.

*Note bem:* se a questão se tornar demasiado caótica, pode dividir a turma em pequenos grupos dentro dos quais é escolhido um porta-voz.

Durante a discussão, assegure-se que os alunos não emitem juízos de valor, nem se focalizam naquilo que é certo e naquilo que é errado, e encoraje-os a expressar as suas emoções com questões como: “o que é que sentes quando dizes isso?”

## Suponhamos que ...

*Objetivo:* compreender porque é que o processo de assunção pode ser muito difícil para gays, lésbicas e bissexuais.

*Método:* divida os alunos em pequenos grupos do mesmo género/sexo. Nestes grupos, eles têm de imaginar o que mudaria nas suas vidas se fossem gays ou lésbicas. Dê aos grupos tempo para pensar no assunto. Como é que se comportariam? Como reagiriam os amigos? Imaginam reações positivas ou negativas? Porquê?

*Note bem:* este método pode ser embaraçoso para alunos homossexuais, especialmente se eles ainda não se assumiram, por isso requer atenção. Se alguém tem dificuldade em imaginar ser homossexual, diga-lhes para imaginarem que toda a gente é homossexual e só poucas pessoas são heterossexuais. Como é que seria a situação para essas pessoas?

*Sugestão alternativa:* dê a ler aos alunos um extrato da biografia de um autor gay ou lésbica.

# Aconselhamento

## A ter em conta

- Como encara os efeitos da discriminação num(a) adolescente gay ou lésbica? O que é que significa para a cultura adolescente ter desejos homoeróticos?
- O que pensa da orientação sexual? Para si, “orientação” é o mesmo que “preferência”, “identidade”, “classificação” ou “comportamento”, ou geralmente diferencia estes aspetos?
- Observe-se da próxima vez que falar de homossexualidade. Tende a evitar utilizar os termos homossexual, gay ou lésbica? Quantas vezes confunde estas palavras quando as usa e quantas vezes presta mais atenção para as usar apropriadamente?
- Como lidaria, por exemplo, com um rapaz ou rapariga que têm relações sexuais com parceiros do mesmo sexo mas que se declaram heterossexuais? Considerá-los-ia homossexuais em negação ou apenas adolescentes à procura da própria identidade?
- Os conselheiros têm consciência dos desafios que enfrentam os adolescentes oriundos da cultura ocidental; mas, e os desafios que enfrenta um(a) adolescente gay ou lésbica que pertence a uma etnia minoritária?
- O que acha acerca do processo de assunção? Considera-o importante? Como lidaria com um(a) adolescente gay ou lésbica que tem medo de se assumir?



## UMA HISTÓRIA...

Porque é que ele sequer mencionou a existência de um grupo desportivo ao Jan? E ele veio mesmo, acreditas?

Jan fá-lo sentir-se confuso, teria sido melhor que ele nunca tivesse vindo para Amesterdão. No início, Mark estava muito feliz por ter outro nadador entusiástico e talentoso na sua turma, e por não ser o único.

Dois jovens rapazes estavam no pátio no exterior da sua casa, a vaguear de um lado para o outro. Estavam obviamente à sua espera. Já há dias que o seguiam, gritando comentários estúpidos. Vou fazer de conta que eles não estão ali, pensa. Atravessa a rua, parecendo indiferente aos insultos, e dirige-se para a porta. Peter está à sua frente, com um sorriso malvado na cara. Mark sustém a respiração, não vê Peter e vai de encontro a ele.

“Hey, sua bicha de merda, não penses que deixo que alguém da tua laia me toque assim!” desdenha Peter, dando um passo em direção a Mark.

“Cala-te, merda!” grita Mark. Peter e Freek recuam, perplexos. Mark leva menos de dois segundos a rodar a chave e a abrir a porta. Furioso, bate com a porta.

“Mark, que se passa? O teu pai está a tentar descansar, ele acabou agora o turno!”

Mark nem se digna a olhar para a mãe.

Será que todos vocês me podem deixar em paz?

“Mark, estou a falar contigo.” A mãe puxa-o pela manga.

“Sabes que mais? Viver neste sítio de merda é mesmo fixe!” Mark responde-lhe por entre os dentes cerrados. Liberta-se rapidamente e corre para o seu quarto.

Tenho de pensar noutra coisa qualquer. Fazer o trabalho de casa de Matemática ou talvez telefonar à Mareike. A Irene ainda acha que ela gosta de mim. Muito bem, então...

Olha fixamente para o telefone, marca o número de Mareike, mas quando ouve a voz dela desliga imediatamente. Corre para a porta e tranca-a.

Imagina Jan a sorrir para ele e a abraçá-lo no final do jogo. Um beijo à direita, um beijo à esquerda, todos se despedem assim. O único problema é que o coração de Mark começa a bater como doido, o seu corpo fica totalmente eletrizado quando sente o corpo de Jan tão perto do seu. Devo estar completamente louco, pensa Mark desesperado. Um gajo não devia deixar-me assim excitado. É a voz da Mareike, e não o abraço dele, que devia fazer-me sentir assim. Não posso ir mais para a escola. Tenho de evitar o Jan.

“Mark, posso falar contigo depois da aula?” Fantástico, e agora isto! A mãe a receber ontem uma carta da escola – dizendo-lhe que, devido às constantes faltas de Mark, ele pode não passar de ano – já era suficientemente mau. E agora o professor quer falar com ele.

Mark já imagina o que poderá ser.

Ele não devia ter gritado ao Jan, nem empurrá-lo para longe de forma tão bruta. O facto do Jan o ter abraçado tão efusivamente depois de terem ganho não justifica a sua reação. Mas o pior foi a forma como o Jan olhou para ele, virando costas e indo embora sem dizer uma palavra. O estômago de Mark fica embrulhado cada vez que pensa nisso. Durante a aula, Mark não deixa de olhar para a cadeira vazia de Jan e não consegue pensar com clareza. O rosto de Jan tem vindo a assombrar os seus sonhos há semanas, excitando-o, e o seu coração começa a bater mais forte quando o vê, mesmo à distância.

“Temos de falar, e já,” diz o professor a Mark. “Desde o início do ano letivo, transformaste-te noutra pessoa. Faltas às aulas, mal deixas que alguém te fale na escola, e agora isto. Achava que ias ficar contente por ter um colega nadador na turma e que tu e o Jan seriam os melhores amigos.”

“Ele pode ser um supernadador, mas isso não é suficiente”, responde bruscamente o Mark. “Eu só não quero que ele me toque assim!”

“Mark, tens de pedir desculpa ao Jan!” O professor olha para Mark pensativo.



“O facto de te ter abraçado, não significa que o Jan seja gay. E mesmo que fosse, não tolerarei homofobia, ou qualquer outro tipo de discriminação.”

Homofobia, homofobia, a palavra continua a ressoar na cabeça de Mark e de repente ele começa a chorar.

“Então, o que se passa contigo?” A voz do Sr. van der Kolk parece perplexa.

Ele segura Mark pelos ombros, cautelosamente. “Sempre foste um aluno brilhante. E ser homofóbico simplesmente não parece teu. O Jan já tem problemas de sobra, o facto de ser novo na escola e tudo o mais. E gosta de ti. Notei isso desde o primeiro dia. Mark, espero uma explicação para o teu comportamento em frente de toda a turma. Vais assumir a responsabilidade, percebeste?”

“O Jan gosta mesmo de ti.” A voz do professor continua a ecoar na cabeça de Mark.

“Mark?”

“Não posso fazer isso.” A voz de Mark está trémula.

“Então tens de falar com o psicólogo da escola. Esta coisa com o Jan, a tua fraca assiduidade, tudo isso tem de ser resolvido. Rapidamente.”

O psicólogo da escola parece simpático. “Entre outras coisas, insultei e empurrei um colega de turma, é por isso que estou aqui.”

O Sr. de Vries acena quase impercetivelmente. “O que aconteceu?”, pergunta quando Mark se cala.

“Porque é que ele tem de me tocar quando eu ganho?” queixa-se Mark. “Se ele tivesse mantido as mãos longe de mim.” Ele cala-se desesperado.

“Foi por ele te abraçar que o atacaste?”

Mark acena silenciosamente.

“Talvez fosse importante para o Jan mostrar-te como estava orgulhoso do teu desempenho, porque gosta de ti. Não há nada de anormal acerca disso, Mark, não achas?”

“Não”, grita o Mark, e corre para a porta. “É absolutamente anormal, é perverso.”

Ninguém sabe o que ele está a passar. O Peter e o Freek não hesitariam em bater-lhe, se ele algum dia... É melhor nem pensar nisso. Ele tem de frequentar dez sessões com o psicólogo da escola – foi o acordo que fez com o Sr. van der Kolk.

“É bom ver-te de novo”, cumprimenta-o o Sr. de Vries.

Mark acena silenciosamente. Como é que podia explicar ao psicólogo que à noite sonha com o Jan, que até tem ereções por causa dele, e que ao mesmo tempo gostaria mesmo de se livrar dele?

“Aqui podes dizer o que tu quiseres, mesmo o que te parece estranho”, diz o Sr. de Vries calmamente, interrompendo repentinamente a confusão de Mark.

“Eu nem me entendo a mim próprio. Não quis magoar o Jan, mas...” Desesperadamente, Mark limpa as lágrimas à manga da camisola.

Mark olha para ele rapidamente. Como é que ele percebeu isso? “Penso nele a toda a hora”, escapa-se-lhe tão rapidamente que nem tem tempo para pensar antes de falar.

“Gostas muito dele e isso assusta-te, não é verdade?”

“Sim”, sussurra Mark em lágrimas. Por fim, tinha contado a alguém. Olha rapidamente para o psicólogo. Continua a parecer simpático.

“Não és o único rapaz a sentir-se atraído por outro rapaz, Mark.”

“Está a gozar comigo?”

“Eu sei que é difícil falar de atração entre rapazes. Mas não estás sozinho. Há um grupo de gays e lésbicas para jovens, aqui em Amesterdão. Estou certo que eles ficariam felizes em conhecer-te. Talvez queiras levar a brochura deles “Rapazes que amam rapazes”. Só tens de lhes ligar. Pensa nisso, Mark, sim? Se precisares de mim, liga-me, está bem?”

Mark não olha para o psicólogo, mas acena afirmativamente com a cabeça.



## Aconselhamento - Perguntas Frequentes

*Por favor, considere também as perguntas da secção “Educação”.*

### **E se um adolescente me perguntar “Serei homossexual?”, como é que eu poderei saber?**

Gays e lésbicas são um grupo heterogéneo assim como os heterossexuais, e a homossexualidade não pode ser identificada a partir de características físicas ou de personalidade. O conselheiro pode perguntar aos adolescentes o que é que eles sentem, em que é que estão a pensar, apoiando-os sem julgamentos ou respostas feitas.

Também poderá ser útil explorar as representações pessoais da homossexualidade.

### **As pessoas escolhem ser gays ou lésbicas?**

Não. Ser homossexual, e não heterossexual, não é uma escolha; uma pessoa gay ou lésbica só pode decidir se se assume ou não.

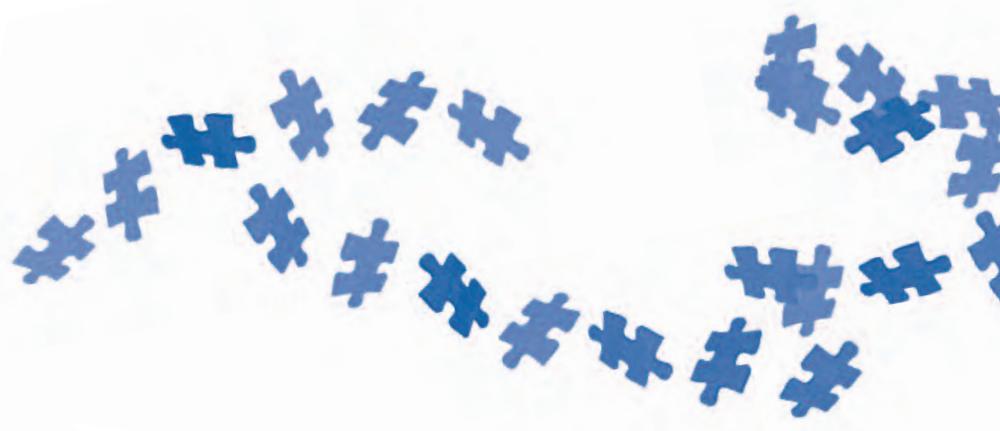
### **Os pais são culpados da homossexualidade dos seus filhos?**

Claro que não. Na verdade, os gays e as lésbicas nascem de pais heterossexuais, e os filhos de casais gays e lésbicos são normalmente heterossexuais. Os pais não têm influência na orientação sexual do/a filho/a, mas podem encorajar a autoestima e a sexualidade independente dos/as filhos/as.

### **Como devo lidar com um adolescente que mantém relações sexuais com parceiros do mesmo sexo mas que se diz heterossexual?**

A orientação sexual é composta por muitos fatores: atração erótica, comportamento sexual, fantasias sexuais, apaixonar-se, autoimagem e preferências sociais. Estas dimensões nem sempre coincidem; há realmente pessoas que mantêm relações sexuais com parceiros do mesmo sexo mas que não se definem como homossexuais. O conselheiro deve aceitar a definição que o adolescente tem de si próprio sem a questionar, enquanto ao mesmo tempo tenta perceber as representações subjacentes.

Em qualquer caso, a autodefinição como gay ou lésbica pode ser irrelevante em algumas culturas.



## Aconselhamento - Ferramentas

### Um Homem Gay/Uma Mulher Lésbica é...

*Situação:* a homofobia internalizada impede que gays, lésbicas e bissexuais se sintam à vontade com a sua própria identidade e força-os a manterem a sua identidade sexual escondida de todos a todo o custo.

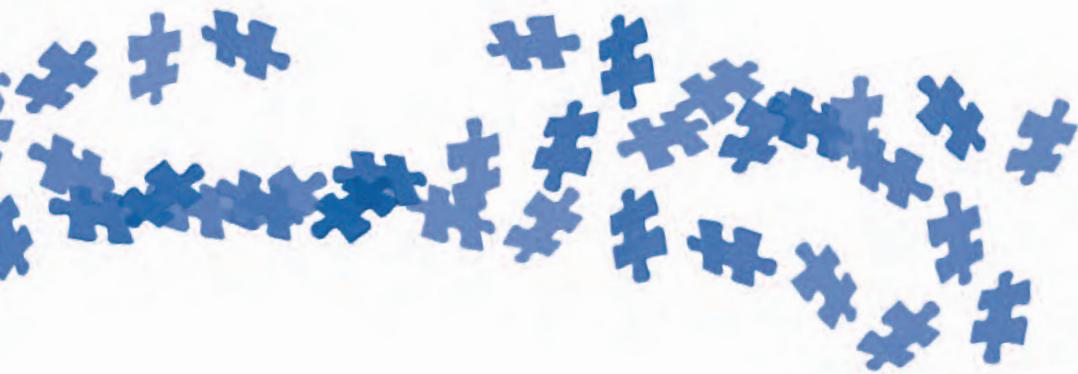
*Método:* convida o adolescente a dizer a seguinte frase em voz alta: “Um homem gay/Uma mulher lésbica/Uma pessoa bissexual é...”, completando-a com o que lhe vier à mente.

O adolescente repete a frase várias vezes até terem sido verbalizadas uma série de declarações. Isto permite ao adolescente trabalhar os estereótipos e preconceitos que tem interiorizados. Por exemplo, uma adolescente lésbica disse ao seu conselheiro: “Uma mulher lésbica não é feminina; isso é nojento”.

Note bem: antes de utilizar este exercício, deve estabelecer uma relação de confiança com o adolescente, para que ele/ela se sinta suficientemente confortável para se abrir; será útil começar por dizer ao jovem que tudo aquilo que ele/ela disserem estará certo e que não há nada de errado nisso.

### As duas cadeiras

*Objetivo:* trabalhar a indecisão da pessoa sobre se há de ou não assumir-se. O objetivo desta atividade é investigar as razões pelas quais uma pessoa escolhe assumir-se (ou não) e as emoções associadas a isso.



*Método:* coloque uma cadeira em frente ao adolescente e peça-lhe para imaginar que parte dele/a está lá sentada. Explique que essa é a parte que está indecisa se ele/ela deve ou não assumir-se e que o/a leva a esconder a sua orientação sexual. O adolescente deverá dirigir-se ao seu alter-ego e, depois, sentar-se na cadeira vazia e tentar explicar como se sente após ouvir a sua outra parte.

Note bem: este trabalho tenta enfatizar comportamentos criativos, levando em linha de conta os sentimentos e as emoções de ambas as partes. Assegure-se que o adolescente vê os dois lados, positivo e negativo, da sua possível assunção.

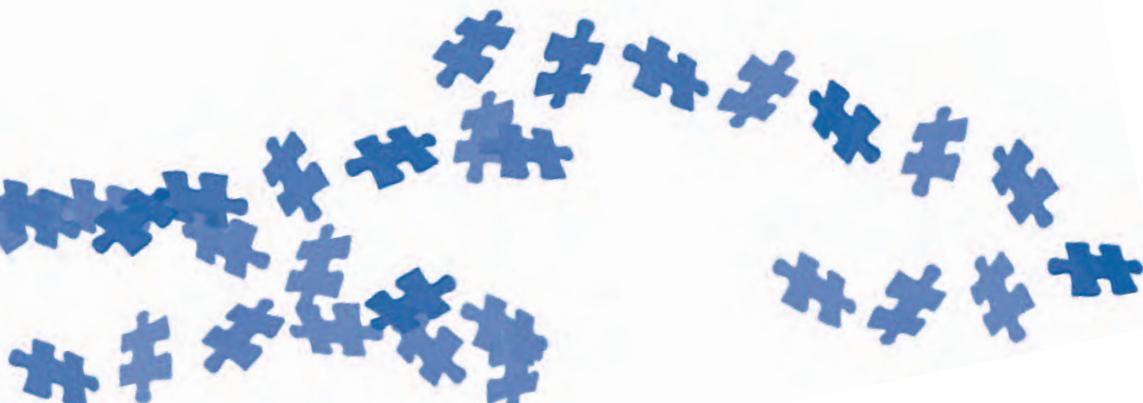
Este exercício poderá ser particularmente indicado para adolescentes que já tenham explorado os aspetos cognitivos envolvidos na assunção, mas que ainda têm problemas em lidar com os aspetos emocionais. Não poderá, por isso, ser utilizado no início do processo de aconselhamento.

### **Assumir-se perante a família**

*Objetivo:* trabalhar na decisão de revelar a orientação sexual.

*Método:* solicite ao/à adolescente gay/lésbica para imaginar assumir-se perante a família. A quem é que contaria primeiro? Como o faria? O que diria? Qual acha que seria a reação dos seus pais? Como é que ele/ela próprio/a reagiriam? Como se sente ao realizar este exercício de imaginação?

Note bem: Não tente convencer o/a adolescente a assumir-se. Mesmo que este exercício funcione bem com ele/ela, a decisão terá de ser sempre dele/dela.



# 2 Relacionamentos Gays e Lésbicos

## Introdução

### Em primeiro lugar

Contrariamente ao mito popular, os relacionamentos gays e lésbicos não são essencialmente diferentes das relações heterossexuais e, como estas, apresentam muita diversidade. No entanto, existe uma diferença que se prende com o facto de, na maioria das sociedades, os relacionamentos homossexuais serem muito menos aceites que os heterossexuais. De facto, na maioria dos estados membros da UE, os casais de gays e lésbicas detêm menos ou nenhuns direitos legais (*ver Manual, anexo 6*). Por esta razão, viver numa sociedade que considera estes casais menos merecedores que outros, cria muitos obstáculos no seu dia a dia.

Outra diferença advém da impossibilidade de casais de gays ou lésbicas funcionarem na base da divisão tradicional de papéis de género. Num casal de gays ou lésbicas, os parceiros têm de encontrar uma forma de interagir que não é baseada nos padrões normais de papéis, sendo, por este motivo, crucial para gays e lésbicas terem a oportunidade de afirmar e partilhar a sua forma de vida, tanto quanto fazem os heterossexuais. Seria de esperar que, já que estes modelos “alternativos” são uma realidade, fossem considerados como modelos culturais partilhados e aceites.

Para além disso, os casais de gays e lésbicas não deixam necessariamente de ter filhos e, de facto, muitas crianças vivem em famílias do mesmo sexo, com duas mães ou dois pais. Estudos e estatísticas revelam que a orientação sexual dessas crianças não é diferente da de crianças de lares heterossexuais, mas que elas poderão ter problemas em comparar as suas famílias com as dos amigos. Podem ser vítimas de bullying por parte dos seus pares ou, em geral, de discriminação por parte de um ambiente não apoiante e/ou abertamente intolerante.

## Informação de base

Muitos são os fatores que contribuem para determinar o significado dos relacionamentos: religião, cultura, legislação nacional, educação, normas sociais e valores pessoais. Em algumas culturas e sociedades, a escolha do tipo de relacionamento é mais influenciado pela família ou pelos valores da comunidade, enquanto noutras pode ser mais uma escolha individual. Estas diferenças podem ter implicações significativas para aqueles que vêm de um contexto cultural tradicionalista. De facto, neste caso, os gays e as lésbicas encontram grandes dificuldades em adotar uma vida gay ou lésbica e manter ao mesmo tempo um bom relacionamento com as famílias. A este respeito, é necessário referir que a família desempenha um papel crucial no desenvolvimento da criança já que lhe providencia a proteção necessária para crescer como indivíduo suficientemente forte para enfrentar os desafios da vida.

Hoje em dia, os relacionamentos estão a ser redefinidos e remodelados. Os tipos de relacionamento existentes entre gays, lésbicas e heterossexuais são mais variados do que eram há 30 anos: casar, ficar solteiro/a, viver junto, união de facto entre pessoas do mesmo sexo. Por isso, há diversos tipos diferentes de famílias que existem paralelamente às famílias nucleares tradicionais: famílias reconstituídas, famílias monoparentais, famílias interculturais. Atualmente, muitos casais satisfazem o desejo de se tornarem pais graças aos avanços científicos, à adoção e ao acolhimento: a dimensão biológica dos laços familiares começa a dar lugar à conceção da família como uma construção sócio-cultural. No entanto, embora a “sexualidade” não signifique exclusivamente “reprodução”, o conceito de parentalidade ainda está associado a estes dois conceitos e, hoje em dia, ainda é difícil ver a filiação como algo separado destes dois domínios.

Daí que, quando se lida com parentalidade homossexual, é necessário analisar os preconceitos e estereótipos heterossexuais que prevalecem na população em geral e que são partilhados por heterossexuais e, por vezes, por homossexuais, assim como por parte da comunidade científica.

Por isso, convidamo-lo/a a refletir nas mais comuns objeções (Linggiardi, 2007), tais como:

1. As crianças têm de ter uma mãe e um pai;
2. Os casais homossexuais que querem ter filhos não estão conscientes e/ou não consideram as implicações das limitações impostas pela sua condição;
3. Os gays e as lésbicas não são capazes de criar uma criança; as lésbicas são menos maternais que as outras mulheres;
4. Os casais homossexuais são menos estáveis que os heterossexuais, por isso não garantem a continuidade familiar;
5. Os filhos de gays e lésbicas têm mais problemas psicológicos que os filhos de heterossexuais;
6. Os filhos de gays e lésbicas têm maior propensão a tornarem-se eles próprios gays ou lésbicas.

Neste momento, na Europa, existem leis que reconhecem o casamento ou união entre pessoas do mesmo sexo nos países escandinavos, na Bélgica, em França, na Alemanha, nos Países Baixos e em Portugal (*para informação mais detalhada, contacte as organizações lésbicas e gays locais ou europeias, tal como a ILGA-Europe*). No entanto, as possibilidades de casais de gays ou lésbicas serem reconhecidos como casal nouro Estado-Membro são limitadas, se a lei desse país não o permitir.



(Source: WIKIPEDIA (Estatuto do casamento e outro tipo de uniões entre pessoas do mesmo sexo na Europa))

Dark Blue	Casamento entre pessoas do mesmo sexo I
Medium Blue	Outro tipo de união I
Light Blue	Coabitação não registada I
Yellow	Questão sob consideração política
Grey	Não reconhecido
Red	A Constituição define o casamento como união entre um homem e uma mulher

Em baixo, encontrará as três formas pelas quais os casais homossexuais podem satisfazer os seus desejos parentais, e os países que o permitem:

- adoção conjunta (as menos frequentes na UE: permitida em Espanha, Reino Unido, Bélgica, Países Baixos e Suécia) – casais do mesmo sexo podem requerer em conjunto a adoção;
- adoção pela segunda figura parental (permitida nos países supramencionados e também pela Alemanha, Dinamarca e Finlândia) – casais do mesmo sexo podem requerer a adoção do/a filho/a do seu parceiro;
- tratamento de fertilidade (permitido nos países supramencionados, exceto na Alemanha) – possibilidade de casais do mesmo sexo acedem a uma série de opções de tratamento para conceber um ou mais filhos biológicos (inseminação, doação de óvulos, etc.).

## O que significa para mim?

Para jovens gays, lésbicas e bissexuais é muito importante conhecer outras pessoas com quem possam socializar e partilhar experiências acerca de relacionamentos de casais. Desta forma, eles terão a oportunidade de se aperceber que desempenham um papel ativo na criação dos seus relacionamentos e poderão desenvolver o seu próprio modo de vida. Seguem-se algumas sugestões:

- Demonstre que respeita relacionamentos de gays e lésbicas através da sua própria atitude e que considera duas pessoas que gostam uma da outra como um valor para a sociedade.
- Seja sensível para com relações entre jovens do mesmo sexo, independentemente de estas serem de natureza amorosa, sexual ou não, e encoraje-os a estabelecerem um relacionamento de respeito e amizade mútuos. Seja encorajador(a) – mesmo comentários ou declarações gerais efetuados na sala de aula podem ajudar.
- Apoie os pais de gays, lésbicas e bissexuais. Se os pais não conseguem aceitar o/a parceiro/a do/a filho/a, a situação pode tornar-se um enorme fator de stress.
- A educação sexual devia lidar não só com a biologia mas também focar-se nos aspetos emocionais dos relacionamentos entre casais e na identidade de género. Tente imaginar que alguns dos seus alunos podem ter dificuldade em adaptar-se aos géneros e identidades definidos convencionalmente. Para além disso, a educação sexual não devia apresentar as questões homossexuais separadas das heterossexuais. Isto não só reforça a divisão entre as diferentes formas de orientação sexual, como encoraja os jovens a acreditar que algumas orientações sexuais são “normais” enquanto que outras são “desviantes”. Em vez disso, a sexualidade deve ser apresentada como englobando diferentes tipos de orientação e identidade sexual, onde a hetero- e a homossexualidade são só dois exemplos, entre muitos.
- Quando lidar com questões interculturais, deve estar disponível para aceitar outros pontos de vista, mesmo aqueles que parecem muito diferentes dos seus: mostrar respeito pelos outros é a melhor forma que as pessoas podem encontrar para conviver juntas.
- Não é útil pressionar jovens a assumir-se. Em vez disso, ofereça apoio e não tente definir a orientação sexual, especialmente se ele/ela não sente necessidade em fazê-lo.

# Educação

## A ter em conta

Cada um de nós está envolvido em muitos tipos diferentes de relacionamentos ao mesmo tempo: com os nossos pais, amigos, professores, etc. Cada um destes relacionamentos é único e variável ao longo do tempo. Para além disso, a palavra “relacionamento” tem um significado diferente para cada um de nós. Para algumas pessoas, é algo excitante, para outras significa estar perto de alguém, sentir-se seguro e protegido ou recarregar energias. O que é correto para uma pessoa não é necessariamente correto para outra, e um acordo que funciona bem para alguém hoje pode não ser o mais indicado amanhã. Não existe uma forma “certa” ou “errada” para ter um relacionamento. O tipo de relacionamento que as pessoas escolhem e a forma como adaptam as suas vidas em conformidade com esse relacionamento tem de ser negociada entre os parceiros envolvidos. Desafiamo-lo/a a pensar sobre o seu relacionamento e o relacionamento entre dois homens ou duas mulheres. Leve o seu tempo a responder às seguintes questões. Poderá ser também interessante olhar para a alínea correspondente na

## Educação - Perguntas Frequentes

*Por favor, considere também as perguntas para os conselheiros.*

### **“Quem é o homem e quem é a mulher” num relacionamento entre pessoas do mesmo sexo?**

A noção de que um dos parceiros de um relacionamento gay ou lésbico tem de adotar um papel “masculino”, enquanto o outro tem de desempenhar um papel “feminino”, é um cliché baseado em estereótipos heterossexistas. Se observarmos com atenção um indivíduo envolvido num relacionamento homossexual, veremos traços de personalidade tradicionalmente definidos como “masculinos”, assim como características tradicionalmente vistas como “femininas”; isto também é verdadeiro em casais heterossexuais. A identidade de um indivíduo é o resultado da combinação de características que são associadas a ambos os géneros e, hoje em dia, também os papéis de género estão a tornar-se objetos de negociação ao nível individual.

### **Os relacionamentos entre pessoas do mesmo sexo duram mais do que os relacionamentos heterossexuais?**

Os homossexuais podem ter relacionamentos a longo ou curto prazo, tal como os heterossexuais. Alguns duram apenas alguns meses, enquanto outros podem durar muitos anos ou mesmo “para sempre”. A única diferença é que um relacionamento homossexual raramente é encorajado pela sociedade ou pelas famílias dos envolvidos. É importante ter em conta que a falta de acei-

secção de Aconselhamento mais abaixo.

- O que considera que define um relacionamento feliz? Qual pensa que será a opinião do/a seu/sua parceiro/a acerca disto? O que é que o/a seu/sua parceiro/a pensa da sua opinião sobre este assunto?
- Já alguma vez viu dois homens ou duas mulheres beijarem-se ou abraçarem-se ou a darem as mãos? Qual foi a sua reação? Porque reagiu assim?
- Como imagina um relacionamento no dia a dia? De que forma os padrões de papel tradicionais contribuíram para a construção dessas imagens? Como define fidelidade?
- Que tipo de divisão de tarefas pratica no seu atual (ou anterior) relacionamento? Sente-se (ou sentiu-se) confortável com ele? Qual pensa que será a opinião do/a seu/sua parceiro/a acerca disto? Como foi negociada a divisão de tarefas?
- Que vantagens vê num relacionamento entre duas pessoas do mesmo sexo? Que problemas podem surgir?
- De que forma os seus valores pessoais afetam o modo como ensina?

tação e de apoio externo pode tornar mais difícil para o casal resolver possíveis problemas no relacionamento.

### **Os gays e as lésbicas traem os/as companheiros/as com mais frequência que os heterossexuais?**

Estudos científicos revelam que uma grande maioria de jovens querem viver uma relação estável e gostariam de envelhecer com o/a seu/sua parceiro/a. Neste sentido, gays, lésbicas e bissexuais não são muito diferentes dos heterossexuais. Muitas pessoas anseiam por um “amor para sempre”; no entanto, a maioria muda de parceiro estável uma, duas ou várias vezes ao longo da vida (monogamia em série). Por isso, a noção que a traição é mais frequente entre casais do mesmo sexo do que em casais heterossexuais é apenas um mito urbano.

### **De que forma são discriminados os relacionamentos entre pessoas do mesmo sexo?**

Os relacionamentos entre pessoas do mesmo sexo são discriminados de diversas formas. Enfrentam discriminação legal, porque, em alguns países, os casais do mesmo sexo não são reconhecidos legalmente. Isto implica uma série de limitações nas leis de sucessão, direitos de visita nos hospitais ou de alojamento, só para mencionar alguns. Gays e lésbicas são discriminados em termos de visibilidade; por exemplo, raramente são mencionados nos manuais escolares. Os exemplos supramencionados mostram que ainda existem muitas pessoas que pensam que os estilos de vida dos gays e das lésbicas não são “bons”, apropriados e normativos como os heterossexuais.

## Educação - Ferramentas

### História de amor

*Objetivo:* explorar a representação de relacionamentos entre gays e lésbicas nos meios de comunicação social, com vista a educar estudantes acerca da influência dos media na opinião pública.

*Método:* encontrar um exemplo de uma história de amor homossexual numa revista para jovens (solicite aos seus alunos para a trazerem para a aula; se eles não encontrarem uma história, pode usar uma foto para começar). Analise o conteúdo da história sob uma perspetiva crítica e discuta-o na aula. Possíveis questões podem ser: Qual é a função de uma história de amor em geral? Como são os relacionamentos de gays/lésbicas representados nesta história? Que informação é que a história presta sobre este tipo de relacionamento? Serão certas pessoas ou certos papéis estereotipados? Etc.

Note bem: o exercício destina-se a alunos com 14 anos ou mais. Para ser eficaz, deve ser incluído numa unidade sobre os media. O jornalismo deverá ser criticamente analisado na sua função e forma: Quem escreve os artigos para as revistas? Como? Quem lhes fornece informação? O que é “bom” jornalismo?

Se os alunos criticarem a história por ser muito convencional ou por apresentar estereótipos, eles poderão criar a sua própria história utilizando as suas próprias fotos.

### Hetero, Homo, Bi: prós, contras e estereótipos

*Objetivo:* identificar estereótipos e diferentes formas de relacionamentos.

*Método:* dividir os alunos em pequenos grupos e distribuir uma folha de papel que inclua as seguintes categorias: Relacionamentos Heterossexuais, Relacionamentos entre Gays, Relacionamentos entre Lésbicas. Em cada grupo, os alunos terão de considerar as vantagens, desvantagens e estereótipos mais conhecidos para cada categoria de relacionamento. Os resultados devem ser registados e discutidos numa sessão plenária.

Note bem: O exercício destina-se a alunos de 14 anos ou mais. O professor pode continuar a discussão perguntando: “Quando viu isto acontecer?” Os estereótipos devem ser questionados de uma forma crítica e deve-se explicar como funciona a perceção seletiva.



## UMA HISTÓRIA...

Com as mãos a tremer, Almira pega no telefone. Os seus olhos voltam a embaciar-se ao olhar para a carta. Em poucos segundos, a sua vida foi destruída, como por bombas.

“Olá, fala Julie Bäcker?”

Almira soluça descontroladamente.

“Almira, és tu? Deus do céu, o que aconteceu?”

“Tenho de voltar para o Kosovo.”

Um silêncio ofegante do outro lado. “Meu Deus”, sussurra Julie, séculos mais tarde.

“Fica onde estás, querida. Estarei aí num instante.”

...

“Eles não podem simplesmente deportar-te. Já vives aqui há onze anos. É quase metade da tua vida”, estupefacta, Julie continua a ler vezes sem conta a notificação dos Serviços de Estrangeiros.

“Dizem que a Guerra acabou”, sussurra Almira. “Mas a minha família é originária da Bósnia, e eles transformariam a minha vida num inferno se eu regressasse. E se alguma vez descobrirem que eu sou lésbica, matam-me,” Almira olha para a namorada.

“No Kosovo, as pessoas eram mortas. Vi-os espancarem a minha irmã e os meus primos, e ameaçarem matar o meu tio. A morte espera por mim lá. Não poderei estudar, não terei casa, nem amor. Só violência, só destruição. Não posso voltar, Julie.”

“Não, claro que não. Vamos encontrar uma maneira, Almira. Eu amo-te, não vou deixar-te ir embora. Nunca, ouviste-me?”

“O que aconteceu, Almira? Tens estado a olhar para as paredes há semanas. Recebeste notas baixas em três disciplinas. E eu que pensava que tu querias conquistar alguma coisa aqui na Alemanha. Se continuares assim, nunca mais recibes o teu diploma”.

“A culpa não é minha”, diz Almira suavemente. “Não tenho futuro na Alemanha.”

“Disparate”, exaspera o professor. “Só depende de ti. Se realmente quiseres conquistar alguma coisa, podes fazê-lo. Mas claro que não com este desempenho. Os teus resultados são muito baixos, Almira, estava errado a teu respeito.”

Se ele soubesse que eu sou lésbica, provavelmente aprovaria a 100% o meu aviso de deportação, pensa Almira e afasta o trabalho, calmamente.

...

“De certeza que alguma coisa pode ser feita contra um aviso de deportação.”

Julie olha para os colegas desafiadoramente, quando eles deixam a sala de aula juntos.

“Olha lá, a Guerra no Kosovo acabou, Julie. Estas pessoas todas, já cá estiveram tempo suficiente. É melhor procurares outra namorada. Georg escarnece maliciosamente.

Outros acenam.

“Que tipo de pessoas são vocês?” Julie olha em volta, chocada. “E ainda querem ser educadores?”

“Oh, honestamente só queres impedir esta deportação porque gostas dela, não é?”, afirma Karin.

“Não fazes ideia do que a Guerra pode fazer a uma pessoa, mesmo depois de muitos anos”, responde Julie.

“Acho que estás a exagerar outra vez, Julie. Como de costume.” Georg recosta-se para trás despreocupadamente.

...

“Na escola ninguém me entende. Sinto-me tão sozinha. O professor acha que eu sou preguiçosa.” Almira mostra a Julie o confuso trabalho de Alemão.

“Os alunos são tão maus como ele”, queixa-se Julie resignada. “Não podiam preocupar-se menos com o que está a acontecer aqui.”

“Alguém me disse que podíamos encontrar informação útil na Internet. Porque não procuramos ajuda na Net?”

“Almira, querida, que ótima ideia!”

Momentos mais tarde, sentam-se em frente aos computadores, estão muito concentradas na sua tarefa.

“Grupo de Apoio para Refugiados, aqui está!” diz Julie de repente. “Exatamente o que estamos à procura.”

“E vê aqui,” ri-se Almira. “Encontrei um chat europeu para jovens Gays e Lésbicas.”

“Fantástico!,” sorri Julie. “Vou ligar para o grupo de apoio, ok?”

“Entretanto, vou-me juntar ao chat do Triangle.”

“Consulta no Grupo de Apoio daqui a uma hora”, anuncia Julie.

“O chat está aberto.” Entusiasmada, Almira escreve qualquer coisa.

“Mostra-me.” Julie senta-se ao lado dela.

<Almira> Olá, sou uma lésbica a viver na Alemanha, em breve deportada de volta para o Kosovo. O que posso fazer?

<Mark> Oi, sou dos Países Baixos. Se tiveres uma namorada alemã, casa com ela. Deve ser possível, de acordo com a Lei alemã sobre as Uniões de Facto, se ambas tiverem mais de 18 anos.

<Julie> Oi, sou a namorada. Tens a certeza? Isso seria fantástico. Temos ambas mais de 18. Mas temos de ir agora. Mantemos-te informado?

<Mark> Claro. Gostei de falar convosco.

<Aaron> Também gostava que me informassem. Podem encontrar-me aqui no chat.

<Almira> Ótimo. Obrigada. Manteremos contacto. Xau.

“Temo que as coisas não estejam muito bem para os refugiados do Kosovo. As nossas autoridades não querem compreender que grupos minoritários como os Muçulmanos Bósnios ainda enfrentam tempos difíceis lá.” O conselheiro do Grupo de Apoio para os Refugiados olha demoradamente para Almira.

“Se nós casássemos – de acordo com a nova Lei sobre as Uniões de Facto – podíamos evitar a deportação?” A voz da Julie parece implorar.

“Sim, isso certamente seria possível. De acordo com o Artigo 23 da Lei de Imigração alemã, depois de casar Almira terá direito a uma Autorização de Residência de três anos, depois poderá renovar e, em oito anos, pode requerer a nacionalidade alemã.”

“Mas o que pode acontecer aos meus pais?”, pergunta Almira.

“Isso não impede os teus pais de serem deportados”, diz o conselheiro delicadamente.

“Não posso ficar aqui sem eles”, lamenta-se Almira. “Não posso viver aqui sem os meus pais.”

“Devas vir cá com os teus pais. Faremos tudo o que podermos para os proteger.”

O conselheiro hesita. “É porque estão apaixonadas que querem casar, ou isto é apenas uma tentativa de salvar Almira?”

“Eu amo Almira”, responde Julie. “Talvez não tivesse pensado em casamento se não tivesse havido esta emergência, mas agora vejo-o como uma grande oportunidade.”

“Não quero perder os meus pais”, sussurra Almira. “Não sei se eles vão compreender, eu casar com uma mulher.”

“Almira, se regressares ao Kosovo será o fim. Disseste-me que crescestes aqui, que passaste mais de metade da tua vida neste país, queres estudar aqui e, acima de tudo, amas uma mulher. Ter essa vida no Kosovo é impensável. E depois há o trauma pelo qual tu e os teus pais passaram. Não há hipótese de receber terapia lá. Regressar ao Kosovo significa todo um novo trauma para toda a família. Contaste-me que alguns elementos da tua família foram brutalmente espancados e receberam ameaças de morte mesmo em frente aos teus olhos.”

Almira chora silenciosamente. “Os meus pais passaram os dois por isso. A minha mãe tentou proteger-me. Ela é muito forte. Mas o meu pai ficou destroçado. Não posso deixar a minha mãe sozinha com ele. Ele precisa de nós duas.”

“Os teus pais sabem que tu e a Julie querem casar?”

“Talvez eles aceitem isso, mas não poderiam suportar estar separados de mim. Para o meu pai seria o fim.”

“Tem de haver uma solução para ti e para os teus pais, Almira. Não posso prometer-te nada. Casar com Julie vai certamente salvar-te e isso é certo”.

O conselheiro sorri encorajadoramente para Almira. “Regressa na próxima semana com os teus pais. Juntos veremos o que precisa de ser feito.”



# Aconselhamento

## A ter em conta

A par de sentimentos positivos, todas as relações, mesmo as heterossexuais, incluem raiva, stress e diferentes expectativas entre os parceiros. Por exemplo, algumas pessoas tornam-se opressivas porque têm medo de perder o/a parceiro/a e querem possuí-lo/a e controlá-lo/a. Geralmente, a fidelidade é particularmente importante em relacionamentos amorosos, no entanto todos definem a fidelidade de forma diferente. Pode alguém ser designado fiel se passar muito tempo sozinho/a sem o/a parceiro/a? E se alguém tiver um caso de uma noite? O facto de haver muitas definições de fidelidade pode criar alguns problemas.

Desafiamo-lo/a a pensar sobre o seu relacionamento e o relacionamento entre dois homens ou duas mulheres. Leve o seu tempo a responder às seguintes questões. Poderá ser também útil olhar para a alínea correspondente na secção de Educação em cima.

- Quando é que tomou consciência, pela primeira vez, que havia formas de vida em comum diferentes daquelas que aprendeu com a sua família? Procura um(a) parceiro/a que partilhe o seu ponto de vista ou alguém que tenha pontos de vista diferentes dos seus?
- Acha que os relacionamentos entre gays/lésbicas são tão plenos como os relacionamentos homossexuais? Se não, porquê? O que é a fidelidade para si?
- Existem problemas em relacionamentos amorosos que descreva como tipicamente masculinos ou tipicamente femininos? Existem algumas diferenças típicas entre a forma como heterossexuais e gays/lésbicas lidam com os problemas nos seus relacionamentos? Como poderiam ser resolvidos esses problemas?
- Que impacto é que um estatuto legal incerto pode ter num relacionamento? Como será, para as partes envolvidas, saber que uma grande parte da sociedade preferiria que o seu relacionamento não existisse?
- Como é que os seus valores pessoais afetam o seu aconselhamento?

## Aconselhamento - Ferramentas

### Uma questão de escalas

*Objetivo:* ajudar um casal a formular as suas expectativas no início do processo de aconselhamento.

*Método:* : individualmente, os dois parceiros reagem a uma série de declarações de acordo com uma escala de 1 a 10 (1 = valor mais baixo, 10 = valor mais alto). Primeiro dão a sua resposta e depois tentam indicar o que pensam que o parceiro responderia. As escalas podem ser preparadas num quadro de conferência pelo conselheiro antes da sessão.

Seguem-se alguns exemplos para possíveis declarações:

- As hipóteses de ainda sermos um casal daqui a um ano são muito baixas/altas.
- Os recursos com que contamos para juntos lidarmos com a crise são muitos/poucos.
- Depois das nossas sessões de aconselhamento conjuntas, lidar com os nossos problemas menores vai ser mais fácil/difícil.
- Pessoalmente, considero que as nossas sessões de aconselhamento conjuntas podem contribuir em pouco/em muito para resolver o problema.
- O meu parceiro/A minha parceira pode contribuir em pouco/em muito para resolver o problema.

Note bem: o uso de questões circulares ajuda a clarificar o ponto de vista de cada um (por

# Aconselhamento - Perguntas Frequentes

Por favor, considere também as perguntas da secção “Educação”.

## Que impacto terá uma relação legal desigual num relacionamento entre pessoas do mesmo sexo?

Os parceiros do mesmo sexo não gozam dos mesmos direitos legais que os heterossexuais. Isto pode afetar o seu relacionamento de muitas formas concretas. Por exemplo, se um dos parceiros morrer, o outro pode ser desalojado do apartamento que tinham em comum, se não for o dono/arrendatário oficial do apartamento (ver filme “Women” no anexo “Filmes”). Uma pessoa gay ou lésbica não pode sempre juntar-se ao seu parceiro noutra país da UE como fazem os heterossexuais, porque muitos Estados Membros ainda negam o direito ao alojamento e a benefícios de assistência social a casais do mesmo sexo. Para além disso, casais do mesmo sexo normalmente não são encorajados ou apoiados por outros e têm de resolver a maioria dos seus problemas por si próprios. Esta falta de aceitação e apoio é normalmente causa de stress para gays e lésbicas. Ainda tem mais impacto se vier de membros da família mais próximos. Para além disso, um ambiente hostil aproxima o casal e leva ao seu isolamento.

Por fim, as lésbicas normalmente sofrem de dupla discriminação, porque mulheres e homens ainda não são tratados da mesma forma em muitas sociedades.

## Como é que o dia a dia de casais do mesmo sexo difere de casais heterossexuais?

Pode diferir se a família, amigos, vizinhos e colegas tiverem problemas com a homossexualidade. Parceiros homossexuais usualmente têm de declarar ou justificar a sua homossexualidade em público, ao contrário dos casais heterossexuais, e isto faz diferença nas suas vidas. Gays e lésbicas têm de se assumir e de se “rotularem”, em vez de “apenas seguirem com as suas vidas” como fazem os heterossexuais. Assumir-se é um processo constante de uma vida inteira para gays e lésbicas.

exemplo, O que acha? O que acha que o outro pensa? O que é que o outro acha que eu penso?). Para isto ser eficaz, é importante que os conselheiros coloquem as questões a ambos exatamente da mesma maneira.

As respostas a estas questões indicam a direção que o aconselhamento deverá seguir.

Se os parceiros exprimirem diferentes opiniões, é importante trabalhar nos seus objetivos comuns. Numa segunda fase, a mudança pode ser encorajada ao perguntar aos parceiros o que poderia acontecer se uma classificação neles próprios alterasse a sua classificação. O trabalho de casa para o casal entre sessões poderia ser solicitar-lhes para simularem durante um ou vários dias que as mudanças positivas já aconteceram.

### O contexto social como apoio

*Objetivo:* trabalhar na representação do ambiente social de casais de gays e lésbicas e identificar fontes de apoio para encontrar soluções para problemas.

*Método:*

#### 1º Passo: Estruturação

O casal é convidado a criar um sistema de figuras ou símbolos coloridos. Estes símbolos são representativos deles próprios e das pessoas do seu contexto social (elementos das duas famílias, pessoas que são particularmente importantes para um ou para os dois, crianças, antigos parceiros, conselheiros, etc.).

## **Como poderei ajudar homossexuais que sentem a necessidade de conhecer outros gays/lésbicas?**

Para ajudá-los a evitar o isolamento, pode ser boa ideia encorajá-los a contactar e possivelmente a juntar-se a um grupo de jovens gays ou lésbicas. Se eles já tiverem passado a idade limite dos grupos de jovens, pode sugerir-lhes que se juntem a outros grupos, como a uma equipa desportiva de gays ou lésbicas. As pessoas que vivem em pequenas cidades ou aldeias podem nem sempre encontrar estes grupos na sua área de residência. Poderão, por isso, tentar conhecer pessoas na Internet. No entanto, é necessária cautela quando se estabelece contactos através da Internet – utilizadores anónimos podem não ser o que clamam ser.

## **Se um(a) jovem me perguntar “Serei gay/lésbica por ter tido relações sexuais com alguém do mesmo sexo uma ou duas vezes na vida?”**

A maior parte dos rapazes têm experiências sexuais com outros rapazes (por exemplo, masturbação mútua). Isto é comum mesmo naqueles que se definem como heterossexuais. Se uma pessoa se apaixonar por alguém do mesmo sexo, isso pode significar que é gay/lésbica ou bissexual, mas não necessariamente. Também aqueles que se autodefinem como heterossexuais podem ter momentos de afetividade e/ou experiências sexuais com pessoas do mesmo sexo. Hoje em dia, a necessidade de rotular a identidade parece ser menos importante para algumas pessoas. É mais oportuno que o conselheiro preste atenção às emoções da pessoa e à forma como ele/ela vive os seus relacionamentos, ao invés de se fixar em rótulos verbais.

É importante ter em conta que, paralelamente ao conceito de homo-bissexualidade, há também a noção de bi-afetividade. Por exemplo, isto pode significar que a pessoa se pode considerar homo-afetivo (isto é, apaixonar-se exclusivamente por pessoas do mesmo sexo) e também bissexual (isto é, envolve-se em relações sexuais com pessoas de ambos os sexos).

### 2º Passo: Perceção

Ambos explicam quem são as pessoas que eles representaram durante a fase de estruturação e explicam o sistema do seu ponto de vista.

### 3º Passo: Questões

- Quanto estático/dinâmico é o sistema?
- Onde estão os limites entre as pessoas no sistema?
- Que ligações existem?
- Quem contribuiu para estabelecer o relacionamento no passado e agora?
- Quem esteve envolvido em encontrar soluções para os problemas?
- Quem apoia o facto de o casal ter procurado aconselhamento, e como o faz?
- Qual das pessoas identificadas no exercício sabe melhor como é que o casal pode lidar com a sua crise atual?

### 4º Passo: Antecipação das mudanças

Os parceiros são convidados a mudar a forma como o relacionamento é apresentado em termos de figuras e símbolos, e movê-los para um sítio diferente. O que exatamente mudaria depois? Note bem: este exercício prende-se com os recursos sociais que podem providenciar apoio ao casal. A representação de pessoas reais com símbolos neutros não deve levar a interpretações do papel desses indivíduos. O objetivo do exercício é encarar o sistema como um todo.

# 3 Diferentes Estilos de Vida e Estereótipos

## Introdução

### Em primeiro lugar

Existem muitas opiniões acerca da homossexualidade, sendo que elas variam de acordo com o contexto social e cultural dos povos e dos indivíduos. Essas convicções são o resultado da combinação de um número de fatores sobre os quais vale a pena refletir.

**Estereótipo:** é um padrão rígido e convencional de comportamento ou discurso; opiniões pré-concebidas não baseadas na experiência direta. Em geral, os estereótipos providenciam aos indivíduos diretrizes que são aplicáveis mesmo quando o sujeito não tem experiência direta com uma dada situação. No entanto, quando os estereótipos são usados de uma forma indiscriminada, contribuem para criar e perpetuar preconceitos. Quando a opinião é partilhada por um grupo de pessoas, falamos de preconceito social. Neste caso, por exemplo, os estereótipos sociais que se referem a países específicos ou traços étnicos e religiosos podem originar comportamentos racistas.

**Preconceito:** ideia pré-concebida, julgamento feito por antecipação, sem ser baseado na experiência direta. É uma percepção generalizada e simplificada de aspetos específicos da realidade ou de uma pessoa.

**Discriminação:** divisão, separação, tendência para aplicar condições diferentes e piores a pessoas pertencentes a um grupo social específico. A discriminação pode ser baseada na etnia, religião, origem geográfica, origem cultural, orientação sexual, idade, género, peso, estatuto financeiro, aparência física, ideologias políticas, deficiência física ou mental, entre outros. Por isso, racismo e homofobia, os principais temas que levaram à conceção deste projeto, são apenas dois dos muitos tipos de discriminação que podem ser encontrados entre os jovens e nas escolas.

Em particular, opiniões sobre pessoas homossexuais são geralmente baseadas em estereótipos bastante tradicionais relativos aos papéis em função do género e à sexualidade. Estes, por seu turno, conduzem a uma série de preconceitos, normalmente negativos, acerca dos homossexuais. Estes preconceitos contribuem para a homofobia internalizada nos homossexuais e para a disseminação daquela no seu ambiente social, trazendo assim novas formas de discriminação.

Muitos fundamentalistas religiosos veem a sexualidade como pecaminosa quando é expressada fora de regras e rituais sociais específicos (por exemplo, o casamento). Assim sendo, a homossexualidade não é encarada de um modo favorável, mas sim “escandaloso” e os seus aspetos positivos – tanto individuais como sociais – são negados. Um jovem homossexual que pertença a uma comunidade religiosa ou social tradicional pode ver-se numa posição difícil porque terá de lidar com diferentes níveis de preconceito, por ser membro de uma comunidade discriminada, e também, dentro da sua própria comunidade, por ser homossexual.

## Informação de base

Neste projeto, em mais de uma ocasião, sugerimos que encontre e conheça pessoalmente indivíduos e organizações homossexuais. A convivência e a experiência direta expõe-nos a elementos que podem ser dissonantes dos nossos estereótipos conscientes ou inconscientes. Por esta razão, a experiência direta desencoraja a formação ou preservação de estereótipos existentes e o possível comportamento discriminatório que pode surgir como resultado.

De facto, na União Europeia, os gays e as lésbicas desenvolveram muitos “estilos de vida” diferentes. Para alguns homossexuais, o aspeto anti-discriminação é primordial e por isso criam associações, usam símbolos e promovem direitos iguais, isto é, vivem um estilo de vida “ativista”. Para outros, a prioridade está no contacto social, nos relacionamentos amorosos ou sexuais, daí que prefiram juntar-se a comunidades que organizem encontros e eventos. Outros procuram um relacionamento amoroso permanente e monógamo. Assim sendo, o cenário é tão variado como para a maioria das pessoas. No entanto, podemos só tomar consciência disso se comunicarmos ou nos relacionarmos com outras pessoas.

Sociedades contemporâneas, com a mobilidade social e económica, oferecem muito mais diversidade e liberdade para os indivíduos expressarem os seus desejos e peculiaridades, especialmente no que diz respeito aos papéis em função do género. Com esta maior diversidade, surge a necessidade de respeito mútuo, aceitação e flexibilidade. Hoje, um dos princípios básicos da UE é o de que todas as pessoas, casais ou famílias, devem ter direitos e responsabilidades iguais, independentemente da orientação sexual ou qualquer outra característica pessoal, porque partilham a mesma cidadania europeia. A maioria dos Estados-Membros da União Europeia estipulam reconhecimento legal a casais e famílias homossexuais e um número crescente de países permite que estas famílias adotem crianças. À medida que cresce a aceitação da homossexualidade, os gays e as lésbicas já não sentem necessidade de esconder a sua homossexualidade atrás de um casamento ou de uma família heterossexual, como geralmente faziam. Como resultado, há cada vez mais gays e lésbicas que têm relacionamentos a longo prazo e filhos adotados ou biológicos. Estudos revelam que não existe falta de afeto e de figuras de referência às crianças criadas nestas famílias. No entanto, estas crianças sofrem quando existem leis que tornam a boa parentalidade difícil (por exemplo, negando a autoridade parental ou o reconhecimento legal do/a parceiro/a do pai ou da mãe biológico/a como pai/mãe adotivo) ou quando pessoas importantes para elas as tratam de forma discriminatória.

## O que significa para mim?

No seu trabalho, dentro e fora do perímetro escolar, irá encontrar estereótipos, preconceitos e discriminação em relação a pessoas e famílias homossexuais, devido ao número crescente de pessoas que se assumem.

No Guia Temático 2 (*Relacionamentos Gays e Lésbicos*), encontrará informação útil sobre as formas possíveis de desafiar os estereótipos mais comuns, na secção “Informação de base”.

A escola é o local especificamente concebido para prevenir a angústia e valorizar a dimensão relacional juntamente com a cultural. Aqui os jovens, cada qual com o seu contexto e as suas diferenças, contactam com os valores da sociedade em geral, incluindo os estereótipos e os preconceitos dessa sociedade. É precisamente na escola, espaço de diálogo, partilha e escuta mútua, que necessitamos de promover ações destinadas a integrar e a promover a diversidade, para serem encaradas como uma oportunidade e potencialidade para o crescimento pessoal. Hoje em dia, todos têm o direito de escolher o seu próprio estilo de vida, baseado nos seus desejos e no próprio género, contexto cultural, religião, idade e outros aspetos socialmente relevantes.

Considere, por um momento, o modo como a sua organização ou as pessoas à sua volta lidam com estilos diferentes dos tradicionais. Por exemplo, os critérios de emprego, benefícios dos trabalhadores e regulamento interno garantem tratamento igual para homens e mulheres, casais homossexuais e heterossexuais, cidadãos do seu país tal como estrangeiros?

De facto, o aconselhamento pode auxiliar os adolescentes a explorar os seus sentimentos e necessidades, ao favorecer a resolução dos conflitos internos e externos que os impedem de fazer escolhas livres na sua vida.

Ao mesmo tempo, a escola pode providenciar aos alunos um ambiente seguro e acolhedor que promova a partilha equitativa e o respeito pela diversidade, condenando e impedindo qualquer violência psicológica, verbal ou física que possa ocorrer no seu espaço, discutindo e desafiando imagens e representações distorcidas.

# Educação

## A ter em conta

É importante que reconheça, assim como os seus alunos, que nem sempre é fácil lidar com as diferenças.

Como educador/a, pode observar e analisar as suas próprias opiniões acerca de estilos de vida diversos e questões homossexuais.

Tenha em consideração que as suas aulas são muito influenciadas pela sua personalidade. Por exemplo, se falar com os alunos sobre diversidade e estilos de vida diferentes, e ao mesmo tempo demonstrar que não aprova estilos de vida diferentes do seu, os seus alunos não o/a levarão a sério.

Coloque a si próprio/a estas questões e depois leia cuidadosamente as questões incluídas na secção “A ter em conta” do Aconselhamento:

- Que estilo de vida gosta ou prefere? Por que razão?
- Já alguma vez considerou que podem existir pessoas que não aprovam o seu estilo de vida e escolhas?
- Como se sente quando está com pessoas que não aprovam o seu estilo de vida? Como gostaria que elas o/a tratassem?
- Considera que as lésbicas, os gays e bissexuais têm estilos de vida específicos? De que tipo?

O próximo passo consiste em preparar-se para ouvir as emoções e opiniões dos seus alunos. Pode colocar-lhes igualmente as questões supracitadas. Tente imaginar as respostas deles antes de começar a discussão.

- O que é que eles irão pensar?
- Como é que eles irão reagir ao tópico da diversidade?
- Como é que se sentirá enquanto trabalha com eles este tópico – confortável, inseguro, ameaçado, etc.?

Tenha em conta que terá de lidar cada vez mais frequentemente com alunos que vêm de diferentes famílias e contextos, no que diz respeito a cultura e nacionalidade, a orientação sexual deles e dos pais, a religião e estilos de vida. Como professor, terá o dever de abraçar esta diversidade, aproximar-se dela pessoal e profissionalmente, e transformá-la numa aprendizagem preciosa e uma oportunidade enriquecedora para os seus alunos.

## Educação - Perguntas Frequentes

*Por favor, considere também as perguntas para os conselheiros.*

### **Como é que lido com visões opostas da diversidade na minha aula?**

Acolher esta situação é uma boa oportunidade para discussão. A regra base será: “todas as opiniões são válidas se forem expressadas com respeito pelos outros e discutidas de uma forma séria”. Solicite aos alunos para explicar e explorar as suas posições e promova a curiosidade sobre outros pontos de vista.

### **Como é que asseguro que o tópico da homossexualidade irá ser tratado de forma objetiva?**

Não tem de cobrir todos os pontos de vista possíveis, e seria impossível fazê-lo. O que é importante é que, com os seus alunos, conheça os principais pontos de vista sobre a sexualidade e a homossexualidade. Este Manual é um bom começo. Apresente-o aos seus alunos, encoraje-os a usar a listagem de filmes, o glossário, a lista de sítios na Internet e contactar as associações listadas. Conceda aos alunos a oportunidade de expressarem as suas opiniões, e será capaz de expressar as suas, sendo cauteloso/a para não as transformar em diretrizes para a discussão dos adolescentes.

### **Como é que lido com pais que esperam que a escola promova os seus estilos de vida preferidos?**

Deve explicar aos pais que a missão da escola é ensinar o respeito e que isto inclui ensinar a lidar com a diversidade. Explique os objetivos do seu método educativo aos pais: respeitar todas as diferenças, as nossas diferenças como seres humanos.

## Educação - Ferramentas

### Definir normalidade

*Objetivo:* clarificar a relatividade dos conceitos de “normalidade” e “anormalidade”, discutindo o tópico da pertença e da exclusão de um grupo e as respectivas desvantagens para todos os elementos.

*Método:* recolher uma série de imagens de homens e mulheres. Solicitar aos alunos para organizarem as imagens em fila, para formarem um contínuo do “normal” para o “anômalo”. Discutir onde se situam as fronteiras entre esses dois extremos (o que geralmente difere de pessoa para pessoa). Discutir por que razão difere.

Conduza a discussão para a definição de ‘normal’, ‘anômalo’, e a relação com a palavra ‘diferente’. Explique os conceitos de pertença a um grupo (“insiders”) ou estar de fora (“outsider”) e analise-os. Ao identificarmos os “insiders”, isto é, os membros de um grupo, automaticamente identificamos os que são excluídos desse grupo. Em seguida, analise os efeitos da exclusão e a forma como tratar a diversidade com respeito, incluindo as diferenças na orientação sexual.

Note bem: este exercício é apropriado até para adolescentes mais novos; no entanto, eles terão de ter consciência dos seus próprios pontos de vista e estar preparados para processar a informação criticamente. Os alunos criados em culturas que colocam particular ênfase na “coletividade”, acharão este exercício deveras difícil e serão mais sensíveis às reações dos outros. Para evitar este bloqueio, a discussão pode começar por abordar temas gerais (incluindo fumar, sair à noite, etc.) e várias opiniões sobre a normalidade e anormalidade relacionadas com estes assuntos, e referir a diferente pressão exercida pelos grupos em conformidade com qualquer norma social.

### Integração da diversidade

*Objetivo:* introduzir o conceito de “diversidade” através do tema diversidade cultural.

*Método:* coloque o enfoque nos estereótipos culturais e preconceitos para com culturas diferentes da nossa.

Solicite aos alunos para falarem acerca de episódios das suas vidas em que conheceram pessoas de diferentes culturas e tiveram de se confrontar com pontos de vista e estilos de vida diferentes dos seus.

Pergunte-lhes como se sentiram quando conheceram essas pessoas, se houve algo que os assustasse ou perturbasse ou, em vez disso, que despertasse a curiosidade; questione-os também acerca de situações em que se sentiram “diferentes” e como se sentiram.

De seguida, pode solicitar aos alunos para dramatizarem as histórias que contaram em frente à turma, sugerindo-lhes que troquem de papéis (por exemplo, desempenhar o papel do personagem diferente na história), para dar oportunidade aos alunos de “se colocarem fisicamente na pele do outro” e experienciar “aquilo que o outro sente” (empatia). No final, questione os alunos se eles descobriram algo novo e o quê.

Note bem: poderá começar por este tipo de experiências e depois alargar o espectro do exercício para incluir a diversidade sexual e os preconceitos e estereótipos que a ela se associam.

## Rótulos

*Objetivo:* explorar como funcionam os estereótipos e demonstrar como a rotulagem reforça o comportamento estereotipado.

*Método:* cole um rótulo com um estereótipo (por exemplo, “preguiçoso”, “mal-educado”) na testa de todos os participantes. Não os deixe ver o que está escrito no rótulo. Os alunos podem olhar para os rótulos dos outros, mas não podem revelar o seu conteúdo. Os participantes têm de executar um exercício de colaboração simples (por exemplo, o grupo tem de escolher uma receita e cozinhar uma refeição. Têm de decidir quem irá fazer as compras, quem irá cozinhar, quem irá lavar a loiça, etc.). Durante o exercício, os alunos têm de se comportar de acordo com o estereótipo escrito nos rótulos. Interrompa o exercício depois de alguns minutos e discuta o efeito que isso teve nos alunos. Normalmente, os participantes sentem-se desorientados, por vezes ficam frustrados e muitos tentam comportar-se de acordo com o rótulo. Esta é uma demonstração de como os estereótipos inconscientemente influenciam o nosso comportamento e o dos outros. Alargue a discussão para incluir os rótulos usados para gays, lésbicas e bissexuais.

Note bem: este exercício funciona melhor quando os alunos se conhecem e confiam em parte uns nos outros. Com grupos novos, há a possibilidade de as pessoas ofenderem, não intencionalmente, as outras. Tenha cuidado em não atribuir os rótulos considerados mais negativos a alunos que já estão excluídos do grupo de colegas.



## UMA HISTÓRIA...



*“Alexander, faz-me um favor, dá-me o convite para o Encontro de Pais, por favor. Hans gostaria de ir e quer apontar a data.”*

*Atônito, Alexander fixa o pai. “Oh, anda lá, Papá. Porque é que o Hans tem de vir conosco?”*

*“Já vivemos juntos há cinco anos. O Hans é como um segundo pai para ti, não é?”*

*“Sim, mas – sinceramente, não podíamos ir antes com a Mamã? Isso seria muito melhor, a sério.”*

*“Querido, ser gay é muito normal. Só vês a Mamã fim de semana sim, fim de semana não, e as coisas do dia a dia, o trabalho de casa – o Hans e eu asseguramos tudo o que te diz respeito. Não é? Na tua escola já devem ter percebido, O Hans é tão responsável por ti quanto eu. Ele tem autorização para escrever cartas para a escola e falar com os professores sobre o teu aproveitamento.*

*No fundo, ele faz mais por ti do que eu próprio. Não quero esconder o Hans, nem repudiá-*

*-lo.”*

*“Sim, está bem. Percebo isso. Mas mesmo assim, não precisa de ficar toda a gente a saber. A minha vida já é suficientemente stressante sem isto. Vocês acham sempre que aceitar a homossexualidade é fácil para toda a gente à face da Terra – só porque o Hans e tu conhecem montes de gays e lésbicas. Acredita, a escola é um completo deserto a este respeito. Já estou a imaginar a professora em pé à minha frente. A cara cheia de ódio, vai sorrir maliciosamente, mas porquê, se ela é completamente tolerante, claro”, resmunga Alexander.*

*“Não achas que estás a exagerar um bocadinho, Alexander?” O pai olha para ele de perto. “Isto vai dar certo, entre mim e o Hans. Vai chegar o dia em que a tua miserável travessia no deserto vai chegar ao fim.”*

*“Ok, então eu enterro-me. A propósito, o Hans afixou o convite para o Encontro de Pais na parede,” suspira Alexander.*

*“Bom dia a todos”, a Sra. Steiner cumprimenta a turma e olha por cima das cabeças dos alunos. Alexander baloiça sem sossego para trás e para frente na cadeira. Quando os seus olhos encontram os da professora, Alex fica imóvel como uma pedra.*

*“Então,” começa a professora, tamborilando os dedos na secretária. “Alexander, queres contar-nos alguma coisa sobre os teus dois pais e como é que tu lidas com isso?”*

*Trinta e dois pares de olhos fixam-se no Alex.*

*“Lido bem” grita Alex e a sua voz soa esganiçada como a de um corvo.*

*“Dois pais? O que é que ela quer dizer com isso? ”, pergunta Kathrin, que não percebe quando está a pôr o pé na argola.*

*“Alex?” A professora levanta a voz e olha para ele provocadoramente.*

*“O que é que significa?” De repente Alex perde a paciência. Olha fixamente para os colegas, olhos nos olhos. “O meu pai é gay. Ele ama outro homem, Por isso, tenho dois pais e uma mãe.” Ele quer que a sua voz soe orgulhosa, mas na realidade treme de forma suspeita.*

*“Mas é perverso”, grita Erkan. “Nojento. Se estivesse no lugar deles rastejaria para o canto mais escuro da terra e rezaria para ficar de novo normal, em vez de me mostrar assim. Blhe!”*

*“O meu pai é normal,” diz Alexander com uma voz calma.*

*“Há outras opiniões acerca disto?” A Sra. Steiner olha em volta.*

*“Acho que há tratamento”, lembra Kathrin.*

*“O meu pai não tem de fazer nenhum tratamento,” sibila Alexander.*

*“Ele é completamente normal, e o Hans também. Pessoas como tu, que não aceitam isto, é que deviam fazer terapia.”*



“O que é que tu queres?” Erkan levanta-se ameaçadoramente. “Que raio estás a dizer? Anda cá, besta, que eu já te digo quem é normal e quem não é, sua bicha nojenta.”

Agarra Alex pelos ombros e abana-o.

A turma está calada. A Sra. Steiner passa a mão pelo cabelo, mas mantém-se colada no seu lugar, e gotas de suor formam-se na sua testa.

Koray levanta-se branco como a cal. “Desculpe”, ele sussurra. “Estou a sentir-me mal.”

“Mariquinhas”, sibila Erkan para ele, e cospe de desprezo para o meio do chão entre Koray e Alex. “Mais uma palavra dessas, pá, e estás morto,” Erkan avisa Alexander, antes de lhe dar um soco poderoso. Alex resiste ao impacto sem cair ao chão por mera sorte.

“Isso não é aceitável, Erkan”, diz a professora, impotente. “Agora pedes desculpa ao Alexander e tu, Koray por favor senta-te outra vez.”

“Eu? Pedir desculpa a um pervertido?” desdenha Erkan. “Ele é que tem de me pedir desculpa, Sra Steiner, para ficarmos esclarecidos.”

“Hoje em dia a homossexualidade é absolutamente normal”, diz a Sra Mrs Steiner algo insegura. “O pai do Alexander não tem culpa de ser assim.”

“Ora bem, vou-me embora, para mim já chega, Sra. Steiner,” sussurra Alexander. Antes da Sra. Steiner tentar dizer alguma coisa, ele já tinha saído da sala.

“Foi muito simpático da sua parte receber-me tão em cima da hora.” A Sra. Steiner, embaraçada, fixa a ponta dos sapatos.

“Sra. Steiner, parece-me que o Alexander está numa posição muito complicada na turma – nunca tinha falado antes de homossexualidade na sua turma?”

“Não faz parte do meu programa de ensino,” responde a Sra. Steiner com uma expressão quase desafiadora.

“Sim, infelizmente”, admite o Sr. Wyler, o conselheiro. “Então estamos de acordo. Para a semana, vou assistir às suas aulas.”

Há um silêncio absoluto na sala.

“Estou muito contente por estar convosco hoje. Não vou aborrecer-vos com números, mas estes não são de todo evitáveis – desculpem, miúdos. Mas não têm de escrever nada”, o Sr. Wyler sorri e alguns alunos, rapazes e raparigas sorriem de volta.

“Cerca de um em 10 jovens é homossexual. Hmm... na vossa turma isso daria cerca de dois. Imaginem que não podiam falar sobre isso uns com os outros, que tinham de estar sempre a esconder com medo de serem excluídos.” O Sr. Wyler examina a turma por momentos “Alguns de vós sabem bem o que é ser excluído, não sabem?”

“Mas não tem de se vangloriar – de ser diferente, digo eu,” diz Erkan suavemente.

“Os seres humanos são todos diferentes uns dos outros”, diz o Sr. Wyler. “Claro que há lésbicas e gays que vivem assumidamente – que já lutaram pelo direito de viverem assim, de casarem, de terem custódia conjunta dos filhos. Assim como há homossexuais que não contam a ninguém os seus sentimentos. Alguns casam com um parceiro do sexo oposto e vivem os sentimentos por pessoas do mesmo sexo em segredo. Há lésbicas e gays que vivem em comunidades, alguns vivem juntos sem casarem, e outros querem viver sozinhos, mesmo que tenham um relacionamento com alguém. Não há grande diferença, na realidade, daquilo que se passa com os heterossexuais.”

“Mas o importante é que dois seres humanos se amem realmente. Isso é que é importante, atreve-se a dizer o Alexander.

“Uma forma simpática de acabar a aula”, remata a Sra. Steiner.

“Se algum de vós quiser falar comigo, deixo aqui o meu número de telefone.”

No recreio, o Sr. Wyler vira-se de novo. “Olha, estavas sentado naquela aula, certo?”

Koray acena afirmativamente. “Obrigado, Sr. Wyler. Se calhar, sou um desses dois. Gostaria de ir à sua hora de aconselhamento um dia destes.”

“Claro,” diz o Sr. Wyler.



# Aconselhamento

## A ter em conta

Se aconselhar adolescentes gays, lésbicas e bissexuais que pertencem, ou os pais deles, à sua ou a outras culturas, é muito importante que esteja convicto das suas opiniões sobre a homossexualidade e a sexualidade em geral. Cada um de nós tem o seu estilo de vida e provavelmente considera que os estilos de vida dos outros são menos apropriados. Se não está consciente das suas próprias opiniões acerca deste tópico, estará mais inclinado a encarar inconscientemente certos estilos de vida de uma forma negativa. Para ter mais consciência da sua própria opinião acerca de escolhas de vida diferentes das suas, tente responder às questões seguintes e depois leia as da secção da Educação:

- Que tipo de vida prefere pessoalmente?
- "Escolheu" o seu estilo de vida livremente ou houve fatores externos que o/a conduziram nessa direção?
- Porque escolheu este estilo de vida para si próprio?
- Há alguém que desaprove o seu estilo de vida? Porquê? Como lida com isso?
- Que escolhas de vida são mais fáceis de aceitar? Quais não são? E por que razão?
- De um modo geral, qual é a sua atitude em relação à diversidade de estatuto sexual, étnico, religioso, social e financeiro?
- Sabe o suficiente acerca de questões relacionadas com adolescentes gays, lésbicas e bissexuais que vêm de diferentes culturas? (Por exemplo, uma pessoa criada num contexto estritamente religioso terá uma abordagem completamente diferente à homossexualidade que uma pessoa proveniente de uma família mais liberal).

Tenha em consideração que existem muitas formas diferentes de gozar uma vida plena. Algumas podem ser totalmente novas para si, por isso não se surpreenda se algumas pessoas tiverem abordagens originais!

Aqui fica uma breve informação sobre o que poderá ser útil no aconselhamento a adolescentes:

- Adolescentes gays, lésbicas e bissexuais não possuem figuras de referência positivas. Isto pode torná-los inseguros em relação aos estilos de vida homossexuais e adotar comportamentos gays ou lésbicos estereotipados apreendidos através dos meios de comunicação. Reunir com um conselheiro com abertura de espírito, informado, sem preconceitos, pode dar-lhes a oportunidade de repensar e remodelar o estilo de vida em conformidade com os próprios desejos.
- Mostre à pessoa que o/a procurou que não existem critérios objetivos para a avaliação de estilos de vida. É importante sublinhar que os principais critérios utilizados pelas pessoas para avaliar o seu estilo de vida deveriam ser a felicidade e a satisfação.
- Pesquise sobre grupos de autoajuda locais onde possa encontrar e trocar experiências e percepções.
- Alguns adolescentes gays, lésbicas e bissexuais temem não ter uma família por não serem heterossexuais. Este medo está normalmente aliado ao descontentamento com a sua vida atual. Muitos deles mudam de opinião quando se apercebem que podem ter o seu próprio tipo de família, que é tão autêntico e pleno como qualquer outro.

## Aconselhamento - Perguntas Frequentes

*Por favor, considere também as perguntas da secção “Educação”.*

### **Como poderei evitar julgar certas escolhas de vida que desaprovo?**

Na maioria das situações, emitimos juízos de valor em relação a outros estilos de vida porque não conseguimos imaginar como é que eles são na realidade. Lembre-se que ninguém lhe pede para mudar as suas escolhas, mas só para imaginar outras escolhas possíveis e, esperamos, para se consciencializar que algumas pessoas também podem considerar estranha a sua forma de vida. É natural que prefira um estilo de vida em vez de outro e que não os ache todos igualmente adequados a si. Tenha em conta que as suas opiniões são adequadas para a sua própria vida e que tudo pode parecer completamente diferente de outro ponto de vista.

### **Que respostas poderei dar a um(a) homossexual que está descontente com a sua vida?**

As pessoas que estão descontentes com as suas vidas muitas vezes não tiveram oportunidade de fazer escolhas de vida diferentes devido a limites pessoais ou sociais. Elas necessitam de saber que não existe apenas uma única maneira de viver como gay/lésbica. Hoje em dia, há muito mais oportunidades de viver uma vida plena fora dos clichés normais. Precisam de ter consciência das suas necessidades e dos seus desejos mais autênticos, de serem capazes de perceber que não estão isolados e que há uma variedade de dinâmicas sociais que podem ir de encontro a essas necessidades e desejos, mas também têm de se comprometer e fazer sacrifícios, já que a construção das nossas vidas não é “automática”.

### **Como poderei auxiliar homossexuais a sentirem-se menos isolados e a aprenderem acerca das oportunidades disponíveis para a inclusão social?**

Em quase todas as cidades, existem muitos grupos de autoajuda para gays e lésbicas que poderá contactar para encontrar mais informação sobre eventos e serviços disponíveis. Hoje em dia, a Internet é uma verdadeira mina de informação sobre recursos disponíveis na sua área e de fácil acesso. Comece pelos links incluídos no manual e não hesite em transmitir a informação às pessoas a quem presta apoio.

# Aconselhamento - Ferramentas

## As duas cadeiras

*Objetivo:* explorar as necessidades intrínsecas e as expectativas externas, e os conflitos que podem surgir entre ambas.

*Método:* coloque duas cadeiras frente a frente. Uma cadeira simboliza as expectativas externas representadas por uma pessoa autoritária e emocionalmente importante, enquanto a outra representa as necessidades pessoais do indivíduo. A pessoa senta-se primeiro numa cadeira, depois na outra, e tenta expressar apenas as necessidades e emoções que essa posição simboliza. Como é que a pessoa se sente nas diferentes cadeiras? De cada vez, como é que a pessoa se sente relativamente ao que a outra expressa? O que diriam à pessoa que está sentada na outra cadeira?

Note bem: sentirmo-nos, ou não, confortáveis com o nosso estilo de vida pode depender do nosso grau de sensibilidade relativamente às pressões das conveniências sociais, isto é, até que ponto tentamos ir de encontro às expectativas dos outros.

## O Espelho

*Objetivo:* explorar imagens de si próprio.

*Método:* a pessoa fecha os olhos e imagina que está sentada à frente do espelho que reflete a sua imagem. O que criticaria no estilo de vida da pessoa que está à sua frente? O que admiraria?

Note bem: esta experiência funciona em dois níveis, incluindo a aparência física (isto é, o que a maioria dos adolescentes fará primeiro) e outras características, sentimentos, comportamentos que pode aliar ao estilo de vida. Terá de ajudar a pessoa a visualizar-se como o indivíduo que está realmente sentado à sua frente, e participar emocionalmente nesta experiência para que o exercício funcione.

## A Fada Madrinha

*Objetivo:* explorar necessidades inconscientes ou reprimidas e fantasias acerca do futuro.

*Método:* solicite à pessoa para imaginar que a fada madrinha vai ter consigo e lhe pergunta como quer viver.

- 1) Escreva as fantasias expressas pela pessoa.
- 2) Revejam juntos o que a impede de viver como realmente quer.

Note bem: não é importante estabelecer se os medos que a pessoa sente de viver de acordo com os seus desejos são ou não justificados. Mesmo que não sejam, tem de os considerar seriamente, caso contrário a pessoa sentirá que não a entendeu. As construções pessoais de alguém sobre si próprio e o mundo, assim como as respetivas experiências emocionais feitas ao longo do tempo, refletem uma verdade subjetiva, que está subjacente ao presente contexto emocional, de onde radicam as escolhas do indivíduo e, até certo ponto, toda a sua vida.

# 4 Aspectos Psicológicos e relativos à Saúde

## Introdução

Em 1973, a Associação Psiquiátrica Americana (APA) retirou a homossexualidade da listagem de distúrbios mentais do seu Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais (DSM-II). Em 1993, a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou a homossexualidade como uma variante natural da sexualidade humana.

Hoje em dia, psicólogos e psicoterapeutas dedicam-se a apoiar pessoas LGBT na compreensão e aceitação da sua orientação sexual e de género, ajudando-os a construir uma autoimagem positiva e a lidar com o preconceito e a discriminação.

Em particular, o apoio psicológico e aconselhamento para jovens LGBT que pertencem a grupos étnicos minoritários requerem atenção específica direcionada para algumas tarefas evolucionárias: integrar e harmonizar identidades diversas e gerir o duplo estigma inerente à pertença a duas minorias. Estes adolescentes podem sentir-se excluídos (“outsiders”) tanto dentro da comunidade LGBT como no seu grupo étnico e, por isso, sentirem-se pressionados a escolher um dos dois grupos. Pelo contrário, esta escolha não é inevitável e, através de psicoterapia e aconselhamento, podemos aprender a transformar a sua identidade – que carrega dois estigmas – numa autodefinição positiva e numa forma plena de viver no nosso mundo.



## Stress das Minorias

Um crescente número de estudos revela que o preconceito e a discriminação são fatores de stress relevantes e mensuráveis. Estes estudos mostram que muitos homossexuais estão sujeitos a stress micro- e macro-traumático devido a ambientes sociais hostis, como por exemplo a estigmatização e a violência real ou temida.

Este fenómeno é conhecido como Stress das Minorias. Pode afetar membros de minorias estigmatizadas e, no caso de homossexuais, abarca três elementos:

- 1) Homofobia Internalizada: uma atitude negativa ou conflituosa (consciente ou inconsciente) para com o seu próprio desejo homoafetivo.
- 2) Estigma: quanto mais alta a rejeição social percebida no contexto do indivíduo, mais alto é o nível de vigilância relacionado com o medo de ser identificado como gay, e maior é o recurso a estratégias defensivas muitas vezes desadequadas. Este fenómeno é também conhecido como “ciclo crónico de stress” (“chronic stress loop”).
- 3) Experiências reais de discriminação e violência: podem ser agudas (por exemplo, episódios reais) e crónicas, quando se tornam em medo constante de ser expulso ou rejeitado por uma pessoa ou por um grupo de pessoas. De facto, essas experiências geralmente ocorrem em ambientes indiferentes ou mesmo colusórios com estereótipos de homofobia internalizada, tendo assim um impacto emocional significativo nas vítimas, que transcende o evento propriamente dito.

## Informação de base

Devido ao stress das minorias, os jovens homossexuais estão mais sujeitos ao sofrimento psicossocial. De facto, estudos mostram que eles correm maior risco de depressão, tentativa de suicídio, abuso de drogas, distúrbios alimentares, abandono escolar e fuga de casa.

Um dos desafios principais para todos os adolescentes homossexuais é a autoaceitação. Alguns têm tanto medo do estigma social da homossexualidade que vivem sempre escondidos atrás de uma máscara para ir de encontro às expectativas dos outros, e ao fazê-lo, comprometem o seu bem-estar. De todo o modo, o medo de reações extremamente negativas pode ser realista, especialmente no seio de comunidades homofóbicas. Problemas de aceitação entre os gays, lésbicas e bissexuais podem ser classificados em três níveis:

- 1) problemas “ligeiros” (jovens, uma boa rede social, família e amigos apoiantes); nestes casos, aconselhamento psicológico e programas de sensibilização na escola são as estratégias de intervenção apropriadas.
- 2) problemas “graves” (rede social pobre, autoimagem negativa, medo do contacto com pessoas gays e heterossexuais, homofobia internalizada, background cultural e/ou religioso muito conservador); nestes casos, é necessário providenciar um apoio psicológico mais contínuo dentro e fora do sistema escolar;
- 3) problemas “complicados”, problemas psiquiátricos e psicológicos como depressão, tentativa de suicídio, distúrbios de ansiedade. Estes problemas são tão graves que têm prioridade sobre os problemas de aceitação e necessitam de ser resolvidos primeiro. Nestes casos, é necessário providenciar apoio social apropriado que incluirá psicoterapia individual, assim como (se necessário) apoio psicossocial na escola. De facto, a função terapêutica mostra limitações mais significativas se não for acompanhada por ações no contexto escolar com o objetivo de proteger os adolescentes traumatizados.

## O Stress das Minorias e a Assunção

A visibilidade é outro desafio para jovens homossexuais. Como a assunção da homossexualidade pode causar reações negativas por parte de pessoas importantes para eles, os adolescentes necessitam de aceder aos recursos psicológicos e sociais (ver *Guia Temático 1*).

Em particular, os adolescentes que pertencem a minorias étnicas e que têm de lidar com o heterossexismo por parte das famílias, assim como com possível racismo vindo das principais organizações e indivíduos gays, lésbicas e bissexuais, podem não encontrar o apoio de que precisam. Para além disso, como as questões homossexuais não estão incluídas nos programas de educação sexual das escolas, os jovens homossexuais e as suas necessidades tornam-se invisíveis. De facto, para adolescentes gays e lésbicas, a primeira experiência sexual pode ser inesperada e por isso eles necessitam de ter acesso à informação acerca de aspetos específicos da vida gay e lésbica. Informação sobre sexo seguro e saúde em geral (uso de preservativos e lubrificantes, prevenção de cancro feminino) é tão importante como a informação que é normalmente veiculada sobre a contraceção. Algumas organizações de gays e lésbicas disponibilizam brochuras específicas ou fazem apresentações nas escolas sobre estes tópicos.

## O que significa para mim?

Adolescentes gays, lésbicas e bissexuais que não estão confortáveis com a sua orientação sexual e/ou identidade étnica beneficiarão de informação precisa, ajuda dos pares e ações de apoio adequadas.

Para o efeito, pode ser útil disponibilizar formação para conselheiros e professores em questões de homossexualidade para os dotar de informação específica e atualizada sobre, por exemplo, como a sociedade e a ciência veem a homossexualidade, o bullying e a violência para com as minorias na escola/sociedade; a construção da identidade e tarefas de desenvolvimento para adolescentes homossexuais (relacionamentos com a família e os pares); o papel dos conselheiros e professores na prevenção e tratamento da discriminação. Assim como a disponibilização de ferramentas operacionais.

A experiência de socialização para adolescentes gays, lésbicas e bissexuais deverá incluir, como acontece para adolescentes heterossexuais, troca de experiências com adultos gays, lésbicas e bissexuais competentes. Professores e conselheiros deverão assim focar a importância das redes sociais para os jovens homossexuais para prevenir o isolamento social (por exemplo, informar adolescentes lésbicas, gays e bissexuais da existência de grupos de gays, lésbicas e bissexuais), o isolamento emocional (mostrar empatia, logo a possibilidade de ser entendido quando expressa os seus sentimentos) e o isolamento cognitivo (mostrar conhecimento e interesse em assuntos relacionados com LGBT). Desta forma, professores e conselheiros podem ajudar ativamente estes adolescentes a prevenir problemas psicossociais.

Para além disso, os conselheiros podem desempenhar um papel importante ao ajudar as pessoas a explorar os seus sentimentos acerca de doenças sexualmente transmissíveis e sexo seguro. De facto, se um adolescente gay/lésbica ou bissexual se sente desconfortável com a sua sexualidade, ele/ela provavelmente não procurará proteger-se quando tiver relações sexuais. De facto, a baixa autoestima afeta negativamente a assertividade quando se negocia o sexo seguro com um parceiro.

# Educação

## A ter em conta

- Como é que eu posso mudar a atitude dos meus alunos heterossexuais em relação à homossexualidade, para que possa apoiar os meus alunos gays, lésbicas e bissexuais?
- Posso convidar uma pessoa assumidamente gay, lésbica ou bissexual para falar à turma? Irão os pais e outros professores criticar-me?
- Como me sentiria se tivesse um(a) aluno/a assumidamente gay, lésbica ou bissexual? Como se sentiria a turma? Esta pessoa seria gozada, ofendida, marginalizada ou até fisicamente atacada pelos outros?
- Como posso fazer com que todos se sintam confortáveis?  
Uma solução possível seria mostrar à turma filmes que retratem personagens gays, lésbicas e bissexuais positivas, ou convidar membros de organizações gays, lésbicas ou bissexuais para conhecerem a turma.  
Estas organizações normalmente desenvolvem projetos nas escolas para educar alunos LGBT em assuntos de saúde. Esta pode ser uma estratégia bem sucedida; de facto, de acordo com a “hipótese de contacto” do psicólogo social Allport, quando grupos diferentes contactam uns com os outros, o preconceito é definitivamente reduzido. Para além disso, este tipo de encontro pode também dar a oportunidade de apresentar modelos positivos de adolescentes gays, lésbicas e bissexuais, que são importantes para a sua autoestima.
- Como é que me sinto quando os meus alunos usam termos como “bicha” ou “fufa”? Devo ignorar ou é melhor intervir?  
Mesmo quando estas palavras são utilizadas sem uma intenção ofensiva, também é verdade que têm um significado ofensivo, o que é prejudicial para todos os homossexuais.  
Estas palavras – que são muitas vezes usadas automaticamente e sem pensar – podem ser utilizadas como ferramentas. Faça com que os alunos parem para meditar porque escolhem utilizar uma palavra ofensiva em vez de outra. Faça-os pensar acerca de quem eles podem ofender quando usam essas palavras.

# Educação - Ferramentas

## Falar acerca de “normalidade”

*Objetivo:* distinguir entre percepções de normalidade estatísticas, legais e morais, para demonstrar que a normalidade é um conceito tanto relativo como histórico. Um objetivo adicional será lembrar aos alunos que a homossexualidade não é uma doença, mas uma variedade normal da sexualidade humana. No entanto, algumas culturas ainda consideram a homossexualidade como uma doença, afetando por isso a saúde psicofísica de gays, lésbicas e bissexuais que vivem nestes contextos culturais.

*Método:* cada rapaz/rapariga tem de preencher um formulário no qual são descritos alguns comentários ou situações (por exemplo, masturbação, casamento homossexual, não comer carne de porco, doenças específicas, deficiência, idade, etc.), apontando se esses comportamentos são ou não “normais”.

Note bem: este é um exercício introdutório que será usado para abrir o debate sobre a relatividade histórica e o conceito de “normalidade”.

## “Brainstorming” sobre o tema da saúde

*Objetivo:* incidir sobre o tópico da saúde e seu significado.

*Método:* solicitar à turma o significado da palavra “saúde”. Recolher todas as respostas, sem fazer qualquer tipo de seleção e discuti-las, primeiro em subgrupos e depois em conjunto.

Note bem: rapazes e raparigas deverão estar familiarizados com os conceitos de “estigma” e “discriminação”. Refira que a saúde não se refere só ao corpo, mas também à qualidade do relacionamento do indivíduo com o contexto social e a sua capacidade de lidar com problemas. Sublinhe que o estigma afeta a autoestima de várias formas e

# Educação - Perguntas Frequentes

*Por favor, considere também as perguntas para os conselheiros.*

## **Qual é o impacto emocional de um insulto verbal?**

Um provérbio italiano diz que “as palavras magoam mais que espadas”. De facto, um insulto verbal tende a gozar, desprezar e/ou negar parte da identidade de alguém. Isto pode causar sentimentos de vergonha ou culpa, e afeta a autoestima da vítima do insulto. No caso de gays e lésbicas, os insultos verbais são maioritariamente dirigidos à identidade sexual, tornando difícil o processo de assunção da homossexualidade. Se o professor é indiferente ao uso de insultos verbais, os agressores (“bullies”) podem acreditar que estão autorizados a continuar a utilizá-los, enquanto as vítimas se sentem desprotegidas.

pode, por isso, ter um impacto na saúde das pessoas. Grupos estigmatizados têm menos recursos sociais para lidar com estes problemas.

## Educação Sócio-Afetiva: “Sabemos discutir?”

*Objetivo:* ensinar jovens a expressar os seus próprios sentimentos e relacionar-se com os outros de modo a respeitar a diversidade.

*Método:* para nos sentirmos confortáveis connosco e com os outros, precisamos de aprender como lidar com confrontos, exprimindo as/os nossas/os opiniões/sentimentos/pensamentos sem ofender ou desrespeitar os outros.

Pergunte à turma se será possível “discutir pacificamente”. Um ponto fundamental do debate deverá ser o uso do “Eu” em vez do “Tu”; isto permite utilizar os nossos próprios sentimentos como ponto de partida para o confronto para que a pessoa não se sinta atacada. É importante que todos possam falar livremente sem prevaricar ou ter receio de ser julgado/a.

Note bem: este é um exercício introdutório. Recorde aos alunos que a nossa saúde psicofísica depende da nossa capacidade de nos relacionarmos bem com os outros.

## As opiniões dos outros

*Objetivo:* compreender o impacto da opinião dos outros no bem-estar das pessoas.

*Método:* sugira filmes ou livros sobre a diversidade (cultural, sexual, etc.); leve os alunos a discutir sobre os benefícios e as desvantagens das questões de diversidade apresentadas no filme/livro e que sentimentos eles acreditam estarem associados à experiência pessoal dos personagens com a sua diversidade; leve-os a trocar pontos de vista sobre este tópico. Pode alargar a discussão e conduzir os alunos a falarem sobre experiências pessoais de diversidade que eles estiverem dispostos a partilhar e sobre as suas emoções, encorajando de seguida a continuação da discussão sobre o tópico.

## **Um dos meus alunos, que eu acredito ser gay, está a passar um mau momento, mas não quer falar comigo sobre isso; acho que ele não se aceita a si próprio. Devo encaminhá-lo para um psicólogo?**

Por vezes, mesmo os mais pequenos atos podem dar muito apoio a um rapaz. Em alguns casos, um professor compreensivo pode ajudar tanto como um profissional de saúde mental. O professor pode lidar com a homossexualidade enquanto ensina literatura, por exemplo, apresentando um(a) autor(a) gay ou lésbica, para mostrar uma atitude positiva para com a homossexualidade de uma forma indireta. Não há dúvida que o/a aluno/a perceberá a mensagem, sentir-se-á tranquilizado e poderá até dirigir-se ao professor para falar dele/dela próprio/a.

# Aconselhamento

## A ter em conta

Trabalhar de modo efetivo com jovens gays e lésbicas é certamente possível, especialmente se nos dispusermos a identificarmo-nos com as experiências que podem não se aplicar a nós, mas são, mesmo assim, basicamente semelhantes às nossas. Ao mesmo tempo, não devemos estar à espera de perceber tudo acerca da experiência, porque fatores pessoais, culturais e religiosos têm uma forte influência no significado que atribuímos às nossas próprias experiências e às dos outros. Por isso, o melhor é questionar o/a adolescente sobre a sua experiência como adolescente LGBT e/ou membro de um grupo minoritário étnico em vez de construirmos hipóteses.

Não nos devemos esquecer que nem todos os jovens gays e lésbicas e nem todos os indivíduos que pertencem a uma minoria estigmatizada têm problemas específicos com a sua orientação psicoafetiva. Não devemos ver um problema onde, para começar, não existe nenhum, e apenas permitir ao/a adolescente expressar livremente as suas questões e preocupações, se as tiver. Para alargar o conhecimento acerca deste tópico, recorra por favor à filmografia, bibliografia, listagem de sítios na Internet e glossário incluídos neste Manual e contacte Grupos e Organizações na sua área.

Por fim, antes de começar a trabalhar com a pessoa a quem presta apoio, examine cuidadosamente as suas atitudes e preconceitos e reveja o seu conhecimento acerca de questões psicológicas e de saúde relacionadas com gays, lésbicas e bissexuais. Esteja consciente das suas opiniões acerca da homossexualidade e da bissexualidade, porque vão inevitavelmente conduzi-lo durante todo o seu trabalho.

Se surgirem problemas porque o aluno pertence a uma minoria estigmatizada, como as minorias homossexuais, étnicas ou religiosas (Stress das Minorias), é aconselhável prestar-lhe apoio individual e, ao mesmo tempo, trabalhar também com a sua turma e/ou com toda a escola. Entre as ações possíveis, pode:

- Determinar se membros da minoria estão presentes na turma/escola e organizar atividades de grupo com os professores direcionadas a essas minorias;
- Convidar elementos qualificados de comunidades gays/lésbicas ou étnicas para falarem com os alunos;
- Promover uma consciência mais profunda dos colegas e instituições acerca do tópico;
- Favorecer a criação de grupos de estudo ou associações de estudantes constituídos por essas minorias (como acontece em muitas universidades europeias), que organizarão atividades de sensibilização para alunos e funcionários da escola;
- Sensibilizar os professores para desenvolverem uma metodologia partilhada para a estigmatização de insultos homofóbicos e para o combate à perseguição/intimidação homofóbica e racial, bullying e discriminação.

## UMA HISTÓRIA...



Hoje vou visitar a Chloé em Fontenay. Estamos juntas há mais de um ano e finalmente vou ver a casa dela.

Lembro-me do primeiro dia em que vi a Chloe. Tínhamos estado a conversar no chat do Triangle durante três meses até que descobrimos, por acaso, que éramos vizinhas. Não estou a falar de França, Áustria, Países Baixos ou Itália – nada disso, somente Fontenay e Paris. Estamos a dois passos uma da outra. Por isso, claro que marcámos um encontro.

Elsa e Chloé: um encontro na vida real Céus, estava a dar voltas ao cérebro, a pensar o que faria se descobrisse que a Chloé era feia ou estúpida – nunca se sabe com os chats. Preferi não dizer à minha mãe acerca desta coisa do chat. É estúpido, na realidade, porque eu também falo nos chats e a Mamã nunca imaginaria que alguém pudesse ter medo de mim. Mas agora já não interessa, a Mamã gosta da Chloé, e isso é que importa.

Raios, tenho mesmo de ir já, ou nunca mais chego a Fontenay hoje. Pegou no casaco, olhou-se rapidamente ao espelho, pegou na chave e saiu apressada.

O pai da Chloé é o verdadeiro problema, pensou duas horas mais tarde, sentindo-se desconfortável.

“Tens de voltar daqui a uma hora, percebeste?”, ele olha fixamente para a Chloé. Chloé está tão assustada que eu fico gelada.

“Anda, Chloé.” Ajudo-a a levantar-se e saímos a correr o mais depressa possível.

“O teu pai é sempre assim?” Pensativa, atiro umas pedras para o lago.

Chloé acena cautelosamente. “Ele ama-me, é tudo.” A voz dela parece triste. “Sou a sua única filha – ele só quer o meu bem.”

“Mas não está certo trancar-te na tua própria casa.”

“Sim, eu sei” Chloé sorri, embaraçada.

“Nunca me disseste que ele te vigia.”

“Tu nunca irias entender. O Papá tem um coração de ouro, se o conhecesses bem.”

“Não consigo imaginar”, suspirei.

“Não vamos discutir acerca disto, por favor. Tens de regressar agora e eu estou tão feliz de te ver.”

Puxo a Chloé cuidadosamente para mim e beijo-lhe os lábios.

O meu corpo está elétrico. Sinto a sua excitação e ela fica toda corada.

“Sua puta nojenta.” Ele arrasta-me pelo cabelo, empurra-me à bruta em direção ao lago. “Nunca mais voltas aqui, cabra.”

Os olhos desesperados da Chloé encontram os meus.

E foi a última vez que a vi.

“Querida, o que se passa contigo?” A minha mãe olha para mim preocupada.

“Porque é que a Chloé já não vem? Tiveram uma discussão?”

“Não é por causa dela, mamã.”

“Elsa, acho que devemos falar sobre isto. Perdeste pelo menos cinco quilos nas últimas semanas. Alguma coisa está errada contigo. Só gostava de saber o que te está a deixar em baixo.”

“Eu sei, mamã. Desculpa, tenho de ir agora. Até logo!” Depressa, tenho de me afastar. Se olhar lá para fora, está tudo cinzento. Apesar de o sol estar a brilhar. O meu pequeno-almoço sabe a cartão. O riso dos outros no recreio ecoa nos meus ouvidos. Ouço-os a falar comigo, por vezes respondo. Mas por favor não me perguntem como é que me sinto! Comparado comigo, um robô parece quase humano. Agarro-me à escola, porque nada mais faz qualquer sentido.

Claro que a Mamã tem razão. Na semana passada escrevemos um conto de fadas moderno. A minha história começava assim: “Um dia um poder extraterrestre colocou uma campânula sobre a Terra. Mas ninguém reparou ...” O resto era bastante assustador e teve um fim fatal. Tive uma nota excelente, mas isso já não me ajuda.

“O que é que esse conto de fadas tem a ver contigo?”, perguntou-me a Sra. Dupont depois da aula. Eu encolhi os ombros.

“Tens andado em baixo e ausente há semanas. Problemas em casa?”

Abanei a cabeça em silêncio.

“Azar ao amor?”

Olhei para ela, surpreendida.

“É por causa de uma rapariga, não é?”, pergunta a Sra. Dupont suavemente.

“Não é por causa dela” sussurro e desabafo. “É o pai dela”, digo a chorar.

“Elsa, vou dar-te o número de telefone de pessoas que ajudam jovens gays e lésbicas, a “Ligne Azur”. Certamente podem ajudar-te. Vai ficar tudo bem, vais ver.”

“Como é que conhece esta linha direta?”

“Não és a única rapariga lésbica nesta escola.” A Sra. Dupont pisca-me o olho.

Pela primeira vez em semanas, tenho um vislumbre de esperança.

Vou contar à Marie, a minha conselheira, acerca do pesadelo que me anda a assombrar há meses, e que não consigo entender. Um monstro afoga-me num lago, rindo-se de uma forma malévola.

E de repente vejo a cena claramente à minha frente.

“O pai da Chloé – arrastou-me pelo cabelo e depois insultou-me. Ele empurrou-me em direção a um lago.” Pela primeira vez, sinto novamente repulsa, já me tinha esquecido disto.

“O pai da Chloé agarrou-te? Não sabia disso. Talvez o teu pesadelo mostre o quanto o pai da Chloé te magoou. Já contaste este ataque a alguém?”

Acenei em silêncio. “Acha que é por isso que me sinto assim? Pensei que fosse porque a única coisa de que a Chloé fala agora é de suicídio, e porque não a posso ajudar. Nem me consegui defender a mim própria do pai dela. Sinto-me tão mal.”

“Sim, percebo porquê. Viste o que o pai dela te pode magoar. Claro que te sentes indefesa. Exatamente tão indefesa como quando queres ajudar a Chloé e não sabes como.”

“Acha que há alguma ligação entre as duas coisas?” pergunto em voz baixa.

“É muito possível, para dizer o mínimo, Elsa. Se o pai da Chloé não te tivesse assustado tanto, poderias ter lidado muito melhor com a situação. Talvez estejas a sentir exatamente aquilo que sentiste quando foste atacada”.

“Tive tanta vergonha de mim mesma. Senti-me tão suja. Como se ele me tivesse coberto de cuspo da cabeça aos pés.”

“Foi exatamente isso que ele fez”, disse Marie. “Falar sobre isso é uma coisa boa. É a única forma de ultrapassares o teu sentimento de impotência. E quando o ultrapassares, vais começar a pensar naquilo que podes fazer pela Chloé. O que dizes, alinhas?”

Tudo o que Marie disse soou tão lógico, simples e bom. Nunca teria pensado que um acontecimento como aquele pudesse deixar-me tão profundamente abalada. Mas Marie tem razão. Lembro-me como me senti segura e protegida e aberta com a Chloé. As minhas defesas estavam em baixo, e é claro que estava vulnerável. E depois do ataque do pai da Chloé não consegui continuar. Só agora estou a começar a aperceber-me disso.



## Aconselhamento -Ferramentas

Na maioria das situações sociais, pressupõe-se automaticamente que as pessoas são heterossexuais; esta é uma das razões pelas quais assumir-se pode ser difícil para muitas/os lésbicas, gays e bissexuais. Os conselheiros podem facilitar o processo de assunção usando uma linguagem neutral, sem ideias pré-concebidas acerca da vida pessoal da pessoa a quem prestam apoio.

Considerando que o termo homofobia é usado para nos referirmos a “atitudes negativas contra a homossexualidade” que nos são passadas por pessoas importantes para nós e pela sociedade em geral, o conselheiro tem de determinar se os problemas que a pessoa está a experienciar estão relacionados apenas com a sua homossexualidade ou também com outras dimensões da sua vida. O conselheiro deverá então determinar se é necessário lidar diretamente com a questão da orientação sexual, ou seja, incidir exclusivamente sobre esta questão, ou deixá-la em segundo plano por não ser relevante para o processo de aconselhamento.

Se acreditar que os problemas da pessoa estão relacionados com a sua orientação sexual, pode explorar esta área colocando-lhe questões. No entanto, certifique-se que seleciona e coloca estas questões com tato e cuidado para respeitar o ritmo e os limites da pessoa, sem a forçar a revelar a sua orientação sexual se ele/a não considerar apropriado.

Se a pessoa é oriunda de outro contexto étnico ou cultural, atente aos estereótipos interiorizados, tanto culturais como religiosos, porque os problemas relacionados com a orientação sexual podem ter relevância diferente dependendo da influência da religião, cultura ou família de origem. Por isso, pode incidir, por um lado, sobre o possível conflito entre os valores familiares, religiosos e as normas culturais da sociedade de onde é oriundo, e por outro lado, sobre os valores e as normas da sociedade de acolhimento no que diz respeito à sexualidade em geral e à homo/bissexualidade em particular.

Tenha em conta que nem todas as pessoas lésbicas, gays ou bissexuais têm problemas com a sua orientação sexual. O objetivo é encontrar um equilíbrio entre a exploração da experiência homossexual pessoal do cliente e a sua experiência em relação a outras áreas da sua vida.

Isto pode ser particularmente complicado quando se lida com adolescentes que, por razões evolucionárias, questionam ativamente a sua sexualidade em geral.

### **Trabalhar a autoestima**

*Objetivo:* investigar o impacto da homofobia internalizada.

*Método:* entregue uma folha de papel à pessoa e peça-lhe para escrever 10 adjetivos que a representem. Depois, peça-lhe para escrever 10 adjetivos que representem aquilo que ela desejaria ser. Agora peça-lhe para marcar cada adjetivo com um sinal positivo ou negativo. Analise o significado dos adjetivos, compare as duas listas e examine os significados pessoais.

Note bem: este exercício pode ser utilizado para investigar como a pessoa se percebe a si própria. A orientação sexual não está necessariamente envolvida com esta auto-perceção, mas permite ao conselheiro verificar se será um problema.

## Representações de homossexualidade

*Objetivo:* ajudar a pessoa a reconhecer as influências externas no modo como se perciona a si próprio como gay/lésbica/bissexual.

*Método:* coloque à pessoa as seguintes questões:

- Como é que o ambiente social onde ele/ela cresceu via as pessoas LGBT?
- Eram aceites ou tolerados?
- As lésbicas e os gays eram afastados ou condenados?
- Qual foi o primeiro livro, programa de TV ou filme de que se lembra a mencionar lésbicas ou gays?
- De que género era esse livro, programa ou filme?
- De que forma eram retratadas as personagens gays ou lésbicas? Era uma personagem positiva ou negativa? Falou sobre isso com alguém? Se sim, em que termos?

Note bem: esta opção poderá ser útil para aquelas pessoas que mostram um elevado nível de homofobia internalizada e que usam representações estereotipadas da realidade.

## Aconselhamento - Perguntas Frequentes

*Por favor, considere também as perguntas da secção “Educação”.*

### **É verdade que lésbicas, gays e bissexuais têm mais problemas psicológicos que os heterossexuais? Se sim, por que razão?**

Não há qualquer ligação causal entre orientação sexual e risco acrescido de problemas psicológicos. Estudos revelam que gays, lésbicas e homossexuais são mais suscetíveis a problemas psicossociais porque podem experienciar Stress das Minorias. Por exemplo, gays, lésbicas, bissexuais e transexuais que são vítimas de discriminação nas suas próprias famílias são mais suscetíveis a ter dificuldades em lidar com o stress. Devemos lembrar-lhes que a homossexualidade é uma variante normal da sexualidade e que podem ter de lidar com a homofobia internalizada e possível discriminação.

### **O que é que faço com um adolescente homossexual que está muito deprimido e que suspeito que tenha problemas de aceitação? Como devo trabalhar a sua homofobia internalizada?**

Antes de mais, deverá ser determinado se a depressão se deve de facto a questões de autoaceitação (homofobia internalizada) ou se há outros fatores envolvidos.

Se se determinar que o problema está relacionado com a autoaceitação, pode ser um começo útil questionar o adolescente acerca da opinião dos pais sobre a homossexualidade e como é que ele/ela se sente com isso. Desta forma, os estereótipos internalizados podem ser explorados. Pode ajudar o adolescente a identificar pessoas importantes que defendem e perpetuam esses estereótipos, assim como os valores que lhes têm vindo a ser passados através desses estereótipos. Ao mesmo tempo, pode ajudar o/a rapaz/rapariga a identificar outras pessoas importantes que, pelo contrário, não aprovam estes estereótipos, e a analisar os valores defendidos por essas pessoas. Uma área de reflexão mais avançada será analisar se existe a possibilidade de um relacionamento afetivo se desenvolver entre estas pessoas que acreditam em valores diferentes e em que valores este relacionamento assentaria.

## **Estarão os/as imigrantes lésbicas, gays e bissexuais em maior risco de sofrerem de problemas psicológicos?**

Se uma pessoa gay, lésbica ou bissexual pertencer a uma cultura que considera a homossexualidade uma doença, um pecado ou um crime, é provável que tenha mais dificuldades com a autoaceitação. Por exemplo, ele/ela poderá sentir que está a trair os valores da sua própria família ou comunidade e, como resultado, receber apoio inadequado num contexto onde a integração social já lhe é difícil. Para além disso, gays, lésbicas e homossexuais que provêm de minorias étnicas podem encontrar alguns obstáculos também dentro da comunidade homossexual. Como o resto da sociedade, os homossexuais também podem ser racistas.

No entanto, hoje em dia é possível encontrar grupos religiosos de homossexuais crentes na Internet e em algumas cidades maiores. Estes grupos estão gradualmente a levar o debate destes tópicos para o seio das suas comunidades religiosas. Existe igualmente um número crescente de publicações e livros sobre este tema. Encoraje as pessoas a quem presta apoio a utilizar estes recursos informativos; eles irão descobrir que não estão tão sós quanto julgam.

## **Devo informar os rapazes gays e bissexuais acerca das DST e VIH?**

Estudos recentes revelam que o risco de contrair DSTs e VIH é igual para jovens heterossexuais ou homossexuais, e maior para heterossexuais do que para mulheres lésbicas. Por isso, todos beneficiarão de informação precisa e seria útil se um conselheiro em quem eles confiam e consideram competente lhes pudesse dar algumas sugestões práticas.

Quando discutir saúde sexual, tente enfatizar os aspetos positivos e alegres da sexualidade. Pode ser difícil trocar experiências com outros adolescentes (principalmente para jovens gays e bissexuais), por isso os jovens têm muitas vezes de descobrir tudo sozinhos.

Se achar que precisa de ajuda para ensinar adolescentes acerca da sexualidade responsável, poderá convidar especialistas de associações de gays e não gays, que trabalhem neste campo, para falar com eles. Ou poderá pedir-lhes material informativo para distribuir na aula. Ou poderá providenciar uma lista credível e pré-aprovada de organizações que lidam com estes tópicos.

Aconselhe os adolescentes a usar preservativos quando praticarem sexo com penetração.

Encoraje os adolescentes a usar preservativos de confiança (e não aqueles que só servem para sexo oral, como “preservativos divertidos” – “fun condoms”) e lubrificantes. Se eles estão a pensar em sexo oral, devem ser informados que sexo oral sem preservativo pode pô-los em risco de contraírem DSTs (por exemplo, hepatite). Se um adolescente for infetado com uma DST ou tiver outro problema de saúde, deverá ir ao médico logo que possível. Não tem necessidade de se sentir culpado ou envergonhado por causa disso – a maioria das DSTs pode ser tratada.

## **Estarão as lésbicas em risco de contrair VIH e infeções sexualmente transmissíveis (ISTs)?**

Apesar de o risco de contrair VIH ou uma IST ser menor para lésbicas, deve ser ainda considerado.

A transmissão pode ocorrer através do contacto com saliva e sangue e do uso mútuo de brinquedos sexuais. Outro risco é a transmissão de uma infeção ou doença de um encontro heterossexual anterior. Muitas lésbicas pensam erradamente que não correm qualquer risco, mesmo quando têm encontros heterossexuais. Devido a esta conceção errónea, elas tendem a não consultar um ginecologista, estando assim mais suscetíveis de contrair tumores femininos que não são diagnosticados suficientemente cedo para um tratamento eficaz, assim como outras doenças.

## CROSSING DIVERSITY

Ferramentas de Aprendizagem e Orientação contra a Discriminação de Pessoas Gays, Lésbicas, Bissexuais e Transsexuais em diferentes culturas

# 5 Apoiar Adolescentes Homossexuais, Bissexuais e Transsexuais (LGBT) e combater o Bullying Homofóbico

## Introdução

### Em primeiro lugar

Adolescentes lésbicas e gays podem procurar aconselhamento por uma variedade de razões. Por vezes, as suas preocupações estão relacionadas com orientação sexual, outras não. Seguem-se algumas questões típicas: “Serei gay?”; “Sinto-me atraída por mulheres, serei homossexual?”; “A quem posso contar?”; “Como posso lidar com esta situação?”

Para além disso, os adolescentes muitas vezes exteriorizam a sua angústia, por exemplo, ao abandonar a escola, isolando-se, consumindo drogas, etc.

É difícil alcançar esses adolescentes que não procuram ajuda de serviços sociais dirigidos para os jovens. Por isso, as escolas são o local chave onde os adolescentes podem ser educados a respeitar os outros, e onde adolescentes gays, lésbicas e bissexuais (LGBT) e aqueles que ainda não estão seguros da sua identidade sexual podem ser tranquilizados. No entanto, as escolas são locais complexos. Como é sabido, o bullying é extremamente comum nas escolas e as vítimas são normalmente aqueles que pertencem a grupos estigmatizados socialmente (mulheres, minorias étnicas e sexuais, pessoas com deficiências, etc.).



# Informação de base

## O que é o bullying homofóbico?

Esta expressão designa comportamentos prolongados de opressão psicológica, verbal ou física contra uma pessoa menos poderosa, que é incapaz de se defender de outra ou de um grupo que se considera mais poderoso.

O bullying é normalmente menosprezado porque é confundido com os típicos conflitos entre pares e discussões entre adolescentes.

No entanto, o bullying tem características específicas:

O que é o bullying?	O que é o conflito de pares?
Eventos repetidos e frequentes, prolongados no tempo	Um evento ocasional
Tanto o agressor como a vítima se apercebem do desequilíbrio de poder, que é normalmente confirmado pelo ambiente circundante	As pessoas envolvidas veem-se como pares e todos conseguem explicar as suas razões
O agressor não sente empatia ou compaixão	É possível que um se ponha no lugar do outro e, desta forma, medite chegando a um consenso
O agressor quer magoar intencionalmente	Qualquer uma das partes pode terminar a discussão. Ninguém quer magoar o outro intencionalmente
O alvo é sempre o mesmo	As partes em conflito podem mudar

Note bem: O aspeto mais característico do bullying é atribuir a culpa do seu comportamento violento à vítima; não se trata de retaliação (eu insultei-o porque ele me empurrou), as vítimas são agredidas por serem quem são (eu insultei-o/a porque ele/ela é preto(a)/gay/cromo/pobre/etc.).

Por isso, o bullying homofóbico é um comportamento opressivo motivado pela orientação sexual da vítima (gay, lésbica, transexual, etc.). Devemos ter em conta que a homofobia também inclui comentários contra as pessoas LGBT comumente utilizadas nas situações do dia a dia.

Esses comentários são nocivos não só para as pessoas LGBT, visto que são também frequentemente utilizados como uma sanção para uma gama mais vasta de comportamentos. De facto, aqueles que não cumprem com os estereótipos ou expectativas também sofrem deste tipo de abuso: rapazes sensíveis ou tímidos, raparigas expansivas ou desportistas, todos aqueles que não se integram nas definições rígidas de “masculino” ou “feminino” são, por isso, considerados homossexuais e atacados verbalmente por esta razão. Também as pessoas que têm parentes homossexuais podem ser oprimidas ou insultadas, sofrendo com isso.

Quando prestar aconselhamento específico a gays e lésbicas, poderá deparar-se com muitas dificuldades institucionais distintas. Os professores que levantam este tema poderão sentir resistência tanto por parte dos pais como da direção da escola.

Normalmente, para ultrapassar estes obstáculos, só necessitará de incorporar este tópico numa temática mais vasta de prevenção do bullying, que tem um alvo mais alargado, preocupa muitos dos grupos sociais que existem no seio da comunidade escolar e inquieta os adultos. Os adolescentes expressam constantemente a sua curiosidade acerca da sexualidade e os adultos transmitem os seus valores relativamente à sexualidade falando ou não sobre isso, assim como através de comportamentos implícitos ou explícitos. Ficar em silêncio fará com que as vítimas do bullying homofóbico se sintam ainda mais isoladas. Por outro lado, o uso casual de palavras comuns que são, de facto, insultuosas, como “maricas” ou “bicha”, etc., fortalece a imagem negativa da homossexualidade, de modo a que ser comparado com um homossexual torna-se por si só um insulto.

Abordar o tópico da homossexualidade e da heterossexualidade de uma forma profissional tanto nas escolas como nos serviços de saúde não é o mesmo que o “promover”. Devemos ter em conta que a questão da orientação sexual diz respeito a muitos adolescentes. Partindo do princípio que 5 – 10 % da população total tem uma orientação homossexual e que a percentagem de comportamentos sexuais com pessoas do mesmo sexo é ainda maior, os professores poderão ter pelo menos uma pessoa gay, lésbica, bissexual ou transexual na sua turma.

## O que significa para mim?

- Há uma necessidade de identificar, analisar e combater todas as formas de bullying dentro e fora das escolas.
- A aceitação de minorias étnicas e sexuais e dos seus estilos de vida pode ser promovida através de documentos oficiais da instituição (declaração de intenções, circulares, etc.), assim como práticas de trabalho.
- Oferecer uma variedade de serviços (prevenção, ações, formação e educação) permite uma melhor cobertura da população alvo.
- Educadores e conselheiros poderão iniciar uma reflexão nas suas instituições sobre como corresponder, através de uma abordagem direcionada, às necessidades dos adolescentes gays e lésbicas que pertencem a minorias étnicas.
- Educadores e conselheiros podem criar uma rede com outras instituições profissionais para obter acesso ao conhecimento e à experiência específicos por parte de especialistas em minorias étnicas e/ou sexuais.
- Seria útil cooperar com grupos locais de autoajuda e apoio: as minorias sexuais precisam desses serviços especialmente porque necessitam de figuras de referência positivas.
- É necessário prestar atenção a normas de qualidade (isto é, estruturas que oferecem aconselhamento específico a gays, lésbicas e bissexuais: missão, tipo de comunicação interna, cooperação com outros serviços profissionais de saúde, etc.).

# Educação

## A ter em conta

A homofobia é uma forma de discriminação séria e devastadora, tal como o racismo, o antissemitismo e o ódio, sendo, no entanto, muito melhor tolerada. Abster-se de intervir significa legitimá-la. Se ouvir ou ler nas paredes da sala de aula expressões como “preto porco” ou “morte aos judeus”, ficaria calado/a?

Professores e demais profissionais que lidam com jovens devem refletir acerca dos seguintes pontos:

- Qual é o seu nível pessoal de *compreensão* da homossexualidade e dos estilos de vida dos homossexuais?
- Qual é o seu nível de *compromisso* relativamente à questão (tente avaliá-lo realisticamente: Até que ponto quer lidar com este tópico? Quando e onde pode dizer o que pensa sobre este tópico? Etc.)
- Qual é o nível geral de *aceitação* da homossexualidade e dos estilos de vida homossexuais na instituição onde trabalha (a atitude da direção da escola, dos seus colegas, dos financiadores, etc.)
- Qual é o nível geral de *aceitação* da homossexualidade por parte dos pais? (e também no seio das associações que os representam, etc.)
- Qual é a *situação geral* dos/das estudantes gays e lésbicas na sua escola ou no seu grupo de jovens? Qual é a interação deles/as com os pares? São vítimas de bullying?
- Uma vez que o *bullying* muitas vezes tem lugar fora da sala de aula e da escola, é possível melhorar as capacidades do corpo não docente (administrativos, porteiros ou pessoal de segurança, gerentes do café perto da escola, etc.) para prevenir ou combater o bullying homofóbico e a discriminação?
- A *Homofobia* não afeta apenas pessoas lésbicas, gays, bissexuais e transgéneras (LGBTs), afeta todas as pessoas. Qualquer dos seus alunos, colegas ou amigos pode ter um parente ou amigo LGBT e sentir-se ofendido com comentários homofóbicos.
- O *silêncio* perante questões homossexuais ou o desconforto com o qual os adultos lidam com elas aumenta a vulnerabilidade de adolescentes homossexuais ao abuso e ao isolamento. Isto poderá iniciar o ciclo vicioso que se segue: os adolescentes homossexuais que são vítimas de bullying, ao terem consciência que vivem num ambiente indiferente ou hostil, ficam relutantes em relatar o bullying e não o denunciam ao pessoal da escola, isolam-se e são mais facilmente vítimas dos agressores.
- Lidar com bullying e acabar com episódios de bullying e com a marginalização de homo/transfobia melhorará a qualidade de vida, não só das minorias envolvidas, mas da turma ou contexto como um todo, já que ajuda a aumentar a consciência e a abertura de todas as pessoas direta e indiretamente envolvidas.

# Educação - Perguntas Frequentes

*Por favor, considere também as perguntas para os conselheiros.*

## **Providenciar apoio a adolescentes gays e lésbicas é meu dever como professor/a?**

Sim. Devemos ter em conta que os professores são figuras chave para o desenvolvimento dos jovens. Para além de providenciar apoio, pode ser chamado a intervir em algumas circunstâncias. Por exemplo, um adolescente pode ser vítima de violência homofóbica ou discriminação na turma, ou o aproveitamento escolar de um aluno pode descer repentinamente e isso pode depender do facto de estar a ter problemas com a família ou colegas devido à sua homossexualidade.

## **Não haverá um conflito entre o meu papel de professor que tem de avaliar os alunos, por um lado, e de pessoa que providencia aos alunos ajuda e apoio, por outro lado?**

Estes dois papéis são perfeitamente conciliáveis. Em primeiro lugar, é importante distingui-los claramente perante o/a estudante com quem se está a lidar. Pode dizer, por exemplo, que as suas notas, participação ou atitude na aula não obedecem aos critérios mínimos definidos pela escola, e que não é possível para si comprometer-se com essas questões. Por outro lado, pode oferecer ao/à adolescente oportunidade de falar abertamente sobre um problema para que possam trabalhar juntos com o intuito de encontrar a melhor solução possível, e especificar que as suas notas não vão ser afetadas de forma alguma.

## **Como professor/a, não me sinto confortável a falar de homossexualidade. Receio perder a minha credibilidade perante a maioria dos alunos.**

Tente avaliar o seu próprio nível de compreensão da homossexualidade. É possível transmitir um ponto de vista de forma clara e impositiva sem perder a credibilidade quando nos sentimos confiantes e inequívocos acerca do tópico. É certo que alguns adolescentes podem começar a rir e a fazer comentários ofensivos, mas este tópico normalmente alimenta a curiosidade e o desejo de aprender (*por favor, ver a secção "A ter em conta" da secção Educação*).

## **Como é que posso criar um ambiente de confiança onde estudantes gays e lésbicas sejam encorajados a falar abertamente comigo?**

Comece por mostrar que é franco/a e sem preconceitos. Depois, certifique-se que diz ao/à aluno/a que tudo o que ele/ela disser vai ser tratado com sigilo absoluto e que não irá contar a ninguém, incluindo os pais dele/a, a não ser com autorização expressa por parte dele/a. Pode ser útil lembrar ao/à aluno/a que a vossa conversa confidencial não terá qualquer efeito nas suas notas. Certifique-se também que escolhe um local onde possam ter uma conversa privada.

## **Posso falar com os meus colegas ou o meu superior acerca da conversa confidencial que tive com um aluno específico?**

Não. Está obrigado/a à discrição profissional e tal ato representaria uma quebra de confidencialidade. Se precisar de consultar outras pessoas, pode discutir o caso anonimamente falando em termos gerais, de modo a que o/a aluno/a não seja identificado/a.

## Educação - Ferramentas

### Estereótipos

*Objetivo:* mostrar aos participantes que os estereótipos são caracterizados por etnocentrismo e que todos nós atribuímos traços positivos ao nosso próprio grupo e negativos aos outros.

*Método:* pegue num pedaço grande de cartolina e desenhe uma forma humana. Depois, solicite aos participantes para completarem as seguintes frases escritas no desenho: “Os marroquinos (italianos, holandeses) são...”. Depois inicie uma discussão de grupo. Até que ponto é que estas declarações correspondem a estereótipos? Qual é a função de um estereótipo? Serão os estereótipos em parte verdadeiros?

A discussão pode continuar com a inclusão de estereótipos sobre pessoas gays, lésbicas, bissexuais e transexuais.

Note bem: se não for óbvio, é melhor esclarecer que muitas declarações ou comentários baseados em estereótipos podem ser ofensivos. Se houver apenas uma pessoa a representar um grupo étnico específico na turma – por exemplo, apenas uma pessoa de Marrocos – será preferível evitar usar os marroquinos como exemplo.

### Pertencer a um Grupo

*Objetivo:* provar que todos pertencemos a múltiplos grupos, que poderão alguns deles ser estigmatizados. O que é que significa, em termos emocionais, pertencer a um grupo estigmatizado?

*Método:* solicite aos alunos para pensarem em todos os grupos a que pertencem (por exemplo, homens, turcos, futebolistas, escuteiros/as, vegetarianos, etc.). Dê a cada aluno três pedaços de

papel e peça-lhes para escrever em cada um: “A que grupo me orgulho de pertencer?”, “A que grupo não me importo se pertenço ou não?”, “A que grupo me envergonho de pertencer?”

Os pedaços de papel (anónimos) devem ser afixados no quadro e depois discutidos pelos alunos.

Note bem: este exercício não é recomendado a pequenos grupos ou grupos em que os indivíduos possam facilmente ser reconhecidos. É muito importante para o professor criar um clima seguro e de respeito na turma antes de apresentar o exercício, já que alguns alunos podem ter dificuldade em responder à pergunta “A que grupo me envergonho de pertencer?”

### **Como serei recebido?**

*Objetivo:* o jogo permite aos participantes experienciar sentimentos e comportamentos que estão tipicamente presentes quando pessoas de diferentes culturas se encontram (por exemplo, encontros entre imigrantes e população local; encontros entre heterossexuais e homossexuais).

*Método:* os participantes sentam-se num círculo enquanto um voluntário sai da sala. Quando ele/ela regressa, as pessoas no círculo devem acolhê-lo/a do modo sugerido pelo professor sob a forma de uma palavra-chave (interesse, indiferença, agressividade, abertura, etc. ...). Participantes diferentes desempenham o papel de recém--chegado. Seguidamente, todos discutem o que aconteceu.

Note bem: quando escolher o/a aluno/a para o papel de “recém-chegado”, o professor deverá escolher alguém que não é já estigmatizado pela turma ou que não tenha dificuldades em integrar-se no grupo.

## UMA HISTÓRIA...



*“Oh, pode fazer o favor de limpar também a minha mesa de cabeceira.”*

*Eileen vira-se. “Eu não sou a funcionária da limpeza. Um dia serei médica.”*

*“Então por favor chame o Dr. Mayer. Não quero ser curado por uma preta.”*

*Sem uma palavra, Eileen põe o clister na mesa de cabeceira e deixa o quarto do paciente.*

*“Olá Eileen”, diz uma radiante Kristin. “Ei, como foi o teu dia?”*

*“Ótimo! A minha mãe acha que não sou capaz de cuidar de pessoas e os pacientes confundem-me com a empregada de limpeza. E tu, como estás?”*

*Kristin recua, assustada. O seu coração bate selvaticamente. Não digas nada errado outra vez, pensa.*

*“Estou muito feliz por te ver,” diz com um sorriso desmaiado.*

*“Eu não construí o mundo,” rosna Eileen. “Por isso não me culpes, por favor.”*

*“Não foi isso que quis dizer.” Kristin só queria fugir. Porque é que é sempre difícil com Eileen? Será que já não se amam?*

*“Anda lá, cozinhei uma coisa boa hoje. Pões a mesa?”*

*Eileen pega no braço de Kristin e beija-a lenta e carinhosamente. “Estás melhor agora?” pergunta suavemente.*

*Então está tudo bem de qualquer modo. Kristin suspira, aliviada.*

*“Podes levar as facas de peixe, por favor? E os copos de vinho de cristal. Os guardanapos não ficam nada bem com os pratos. Não vês?”*

*“Ei, não importa” Kristin lança um olhar zangado a Eileen. “Prefiro comer assim!”*

*“Uma mesa bonita é importante para uma boa refeição. A comida não me sabe bem se estiver tudo atirado para cima da mesa.”*

*“Não está atirado. É só o meu estilo e não o teu.”*

*“Estilo não é a palavra certa”, murmura Eileen. “Não me queres dizer que isto é estilo?! E tens de comer sempre com os cotovelos na mesa?” Eileen está irritada e muda os copos e os guardanapos.*

*“É assim que se faz nos subúrbios”, responde Kristin com uma voz asfíxiada. Lembra-se das caras sorridentes em sua casa, onde o vinho era servido em copos de água e a limonada em copos de vinho. Ou vice-versa. Não importava.*

*“Porque não dizes aos teus pais que és lésbica?” Eileen recua um pouco, para longe da Kristin, que imediatamente puxa a toalha de mesa até cobrir a ponta do nariz.*

*“Não estou pronta. Os meus pais não iam entender. Mesmo eu ainda não entendi totalmente.”*

*“Mas tens a certeza que me amas?”*

*“Sim Eileen, tenho a certeza. Mas isso não significa que todo o mundo tenha de saber. Tens de ser rotulada assim?”*

*“Não é um rótulo, é uma identidade. Tal como eu ser negra. Transportas isso contigo para toda a vida.”*

*“Como eu ser de uma classe social inferior?” pergunta Kristin.*

*“Porque é que estás sempre a divagar acerca desta discussão idiota sobre classes inferiores? Não te sentes insultada com isso, pois não?”*

*“Não, mas toda a gente insinua que eu devia ter vergonha por não ouvirmos música clássica em casa. Não uso roupas de marca, e porque não entendo três quartos das palavras estrangeiras que o professor usa. E porque nunca fui à ópera, ou ao teatro, ou aos Estados Unidos nas férias de verão. Mas não me envergonho do meu pai ser operário fabril. Amo a minha família.”*

*“E depois?”*

*“Se eu tivesse este tipo de reação quando os pacientes te confundem com a senhora da limpeza, ou quando os meus colegas me perguntam de onde vens, ou onde crescestes, então provavelmente deixar-me-ias no mesmo instante.”*

*“Não podes comparar as duas coisas. Completamente errado. Ei, eu só preciso de descer a*

rua e as pessoas chamam-me “preta”. Nem podes imaginar como isso é e como me sinto insegura, a toda a hora e em todo o lugar. Exceto no Gana. Por isso é que quero lá ir. Tu nem te atreves a dizer aos teus pais que vives com alguém como eu.”

“Isso não é verdade, Eileen. Não é por tu seres negra. Não posso fazê-los compreender que amo uma rapariga. E eu amo-te, mesmo.”

“A sério? Isso é o que conta para mim acima de tudo, Kristin. Porque também te amo muito.”

“Então está tudo bem, não está?”

“Kristin, ultimamente andas a sonhar acordada um pouco demais, na minha opinião”. A Sra. Metz olha firmemente por cima dos óculos. “Estar atraída por raparigas é normal na tua idade. As pessoas precisam de experimentar. Vais ver, o rapaz certo vai aparecer. Todos nós passamos essa fase. Mas o aproveitamento escolar não pode ser afetado por isso, está claro?”

“Às vezes sinto-me tão inferior à Eileen” Kristin atreve-se a lançar um olhar à conselheira.

“Achas que o teu sentimento pode ter algo a ver com o facto de seres uns anos mais nova que a Eileen? Só tens dezasseis anos, e nessa idade é geralmente difícil ser lésbica. Eileen é uns anos mais velha que tu.”

“Discutimos muitas vezes por coisas parvas”, diz Eileen. “Coisas ridículas, como a cor dos guardanapos.”

“Talvez nenhuma das duas tenha ainda coragem de pensar acerca dos vossos sentimentos por outras raparigas, e projetem o vosso medo nestas pequenas coisas estúpidas?”

“Mas eu sei que amo Eileen”, protesta Kristin. “O resto é que é tão difícil.”

“A que te referes quando dizes “o resto”, Kristin?”

“Bem, apenas por uma coisa, Eileen é obcecada pela cor da pele. E depois acha que eu não a compreendo e que não a apoio o suficiente.”

“E o que tem isso a ver com a cor dos guardanapos?”

“Talvez a Eileen fique furiosa comigo porque eu não contei a ninguém em casa que nós agora estamos juntas.”

“Porque não queres que eles saibam que andas com uma preta.” atira Eileen furiosamente.

“Isso é uma completa parvoíce, Eileen” grita Kristin. “Vê? Lá estamos nós outra vez!”

“Vocês são duas raparigas muito normais, tal como as outras. O facto de serem lésbicas e, no teu caso negra, não muda nada. Mas o mundo à vossa volta diz-vos que os vossos sentimentos são errados, porque deveriam ser direccionados a rapazes. Este julgamento por parte dos outros torna difícil terem um relacionamento harmonioso.”

“Não tenho a certeza” questiona-se Kristin.

“Não me interessam as pessoas à minha volta” grita Eileen. “A única coisa que me interessa é o que a Kristin pensa de mim.”

“Ok.” A conselheira olha para Kristin. “O que é que sentes, Kristin?”

“Eu amo a Eileen e acho que ela é muito fria para comigo e sinto-me muitas vezes inferior a ela.”

“E tu Eileen, o que é que sentes?”

“A mesma coisa. E às vezes acho que a Kristin não entende nada acerca dos meus problemas no trabalho, ou noutra qualquer.”

“E de onde vêm esses medos, para ambas?”

“Não sei”, diz Eileen. “É por isso que estamos aqui, não é?”

“O nosso tempo por hoje acabou, vamos parar por aqui. Se quiserem, podem voltar e tentaremos encontrar juntas as razões para esta situação.”

“Acho que ela não nos entendeu.” Aborrecida Kristin pontapeia uma lata vazia de Coca-cola.

“Ela continuava a insistir que não há nada de errado connosco”, diz Eileen.

“Não sei se ela acredita em nós quando lhe dizemos que não temos qualquer problema em sermos lésbicas.”

“Sim” sorri Kristin, “Como toda a gente.”



# Aconselhamento

## A ter em conta

Quando prestar aconselhamento adolescentes homossexuais, bissexuais ou transexuais, alguns aspetos específicos devem ser tidos em conta:

- a história psicossocial do/a adolescente: as opiniões dos membros da família sobre homossexualidade, bissexualidade e transexualidade, mensagens recebidas pelo/a adolescente;
- como o/a adolescente se vê em termos de orientação sexual: grau de aceitação dos seus sentimentos homossexuais, bissexuais; a história da assunção da sua homossexualidade/bissexualidade/transexualidade; a rede gay/lésbica/bissexual/transexual, o seu estilo de vida, experiências de discriminação e violência antigays/lésbicas/transgéneros como vítima ou perpetrador (ver *ataque a gays* - “*gay-bashing*” - no *Glossário*).

É necessário pensar acerca destes aspetos em termos da sua própria história social, independentemente de ser homossexual ou heterossexual.

De facto, se for gay ou lésbica, deve pensar acerca do efeito que o facto de ter consciência disso pode ter na pessoa que está a aconselhar. Muitos gays e lésbicas precisam de figuras de referência e, como conselheiro/a, pode ser muito importante a este respeito, para além de ser uma pessoa importante para o seu interlocutor. Por isso, o mais importante é como entende a sua própria sexualidade: como tem sido o seu desenvolvimento pessoal? A sua orientação sexual pode ser útil para aquela pessoa que conhece? Lembre-se que a pessoa que está a aconselhar não se deve identificar completamente consigo. Cada pessoa tem de desenvolver o seu próprio estilo de vida pessoal, e cada pessoa gay, lésbica, bissexual ou transexual deve delinear o seu próprio processo de autoaceitação.

# Aconselhamento - Perguntas Frequentes

*Por favor, considere também as perguntas para a secção “Educação”.*

## **Até que ponto deverei envolver a família no processo de aconselhamento?**

Depende muito da importância da família na vida dessa pessoa e do nível de aceitação ou rejeição da homossexualidade no seio da família. Pergunte isso ao/à adolescente e também se ele/ela está disposto/a a envolver a família. A família é uma parte importante do ambiente social, no entanto pode ser desvalorizadora e não apoiante, ou seja, uma área problemática e não um recurso.

## **Será que gays, lésbicas, bissexuais e transexuais precisam de aconselhamento especial?**

Isto não é regra. Requerem certamente profissionais habilitados, capazes de reconhecer e lidar com estas questões. Por isso, é crucial ter uma atitude sem juízos de valor e criar as condições que irão permitir a abertura dessas pessoas acerca da sua orientação sexual.

## **A eficácia do aconselhamento depende da orientação sexual do conselheiro?**

Não. No entanto, por vezes há pessoas que necessitam de se sentir num ambiente seguro e livre de preconceitos para se conseguirem abrir e, neste caso, poderão preferir trabalhar com um/a conselheiro/a gay ou lésbica; nesta circunstância, poderá encaminhá-los para uma associação de gays/lésbicas. Se for um/a conselheiro/a gay/lésbica abertamente assumido/a, deve ter consciência que a pessoa que está a aconselhar pode referenciá-lo/a como modelo. Isto é normalmente benéfico para a vida da pessoa, no entanto deverá estar consciente que uma identificação excessiva pode causar problemas a ambas as partes.

## **Que efeitos pode ter o bullying homofóbico nos indivíduos?**

Podem variar, ser menos ou mais pronunciados, e podem incluir os seguintes sinais:

- Perda de autoconfiança e autoestima;
- Atitude distraída e/ou nervosa, dificuldades de concentração;
- Fraco aproveitamento escolar;
- Rejeição da escola, faltas às aulas, e até sintomas de fobia à escola;
- Tendência a evitar ambientes potencialmente discriminatórios, como eventos desportivos, grupos extracurriculares, etc.; autolimitação, perda de oportunidades;
- Sintomas realmente psicopatológicos incluindo depressão, agressividade, automutilação, agorafobia e ansiedade social, ataques de pânico, distúrbios psicossomáticos e distúrbios alimentares.

## **Todos os adolescentes estão interessados na sexualidade, porquê pensar especificamente nos adolescentes homossexuais?**

É verdade, os adolescentes homossexuais são curiosos e querem aprender acerca da sua sexualidade e da dos outros, tal como os seus pares. No entanto, para eles é mais difícil encontrar informação de confiança e figuras de referência positivas, enquanto ao mesmo tempo estão mais facilmente expostos a atitudes negativas para com a homossexualidade. Por isso, um conselheiro competente e informado sobre este assunto é particularmente útil para mitigar a sensação de vulnerabilidade a que os homossexuais estão expostos.

# Aconselhamento -Ferramentas

## Quem sou eu?

*Objetivo:* ajudar o indivíduo a explorar a sua identidade sexual, analisando os meios e as emoções a ela associados.

*Método:* perguntar ao/à adolescente como é que ele/ela prefere definir-se e qual o significado que dá a esta auto-definição. Ajude o/a adolescente a consciencializar-se do nível de aceitação da sua identidade sexual: gosta de si próprio/a como gay/lésbica? Gostaria de fazer algumas alterações? A perceção da sua própria identidade sexual é diferente da que tinha no passado? Há alguma coisa que o/a preocupe? Como é que acha que os outros o/a veem? Como é que gostaria de ser visto/a?

Note bem: não deve tomar a identidade sexual de um indivíduo como dado adquirido. Explorar estes aspetos requer uma “aliança terapêutica” sólida e aconselhamento a longo prazo.

## Ataque a Gays - “Gay-Bashing”

*Objetivo:* apoiar e ajudar vítimas de “gay-bashing” a processar a experiência.

*Método:* perguntar ao/à adolescente se já foi vítima de ataques físicos, psicológicos ou verbais; se sim, foram diretos ou indiretos? Os ataques envolveram agressão sexual? Quando e em que circunstâncias ocorreu o ataque? Quem foi o atacante? Deixe o/a adolescente expressar as suas emoções. Qual foi o impacto desta experiência na autoimagem e na identidade da vítima? No final, discuta os prós e os contras de comunicar o incidente à polícia.

Note bem: ajuda estar familiarizado com o aconselhamento de vítimas de abuso e violência. Se decidir sozinho, ou com a pessoa a quem presta aconselhamento, comunicar o incidente à polícia, verifique a possível atitude das autoridades em relação a estas alegações. Em alguns países europeus, as esquadras da polícia têm gabinetes especiais dedicados a este tipo de crimes violentos. Para além disso, tenha em atenção o género do agente que receber a queixa. Tenha em atenção que uma vítima lésbica provavelmente não apresentará queixa a um agente masculino. Informe-se, por favor, junto dos departamentos legais de associações de gays e lésbicas, que desenvolveram protocolos específicos para lidar com o bullying homofóbico.

## Bullying Homofóbico

*Objetivo:* prevenir e acabar com o bullying homofóbico nas escolas.

*Método:* para aumentar a empatia dos adolescentes, faça-os dramatizar um incidente de bullying homofóbico, onde o papel de agressor será desempenhado por adolescentes homossexuais, enquanto que os agressores desempenham o papel de vítima homossexual. Desta forma, podem “pôr-se na pele de outra pessoa” e ter a oportunidade de viver experiências em primeira mão dos motivos e emoções relacionados com cada papel.

Como o bullying é um fenómeno de grupo, é importante que os participantes representem todos os personagens envolvidos: agressores, vítimas e espectadores. De facto, estes últimos são aparentemente inofensivos mas, ao não fazerem nada, para além de talvez rir à socapa, eles na verdade apoiam o fenómeno do grupo ao tomar partido dos agressores através do seu comportamento. Os exercícios antibullying são, de facto, especialmente dirigidos aos espectadores.

Note bem: este exercício ajuda a combater o preconceito no qual todas as formas de exclusão social estão baseadas. Também ajuda a mudar o nível de comunicação de “juízo de valor” para “expressão”.

Encorajar a liberdade de expressão permite “dar lugar à diversidade” sem julgar.

# 6 Sexualidades

## Introdução

### Em primeiro lugar

Longe vai o tempo em que a cultura clássica considerava Eros a união do espírito e do sexo, da poesia e do amor carnal. Em muitas culturas, o amor ainda é separado do sexo, a sexualidade é um assunto tabu e facilmente associada ao “pecado”.

É algo para ser feito em privado e não discutido, a não ser nas piadas sobre sexo, porque está normalmente associado à vergonha. Esta é também a realidade nas culturas ocidentais, onde os programas televisivos e as revistas lidam com o sexo demasiadas vezes, trivializando-o.

Se a sexualidade é um tópico difícil de abordar, falar de “diferentes” sexualidades ainda é mais complexo. Muitas vezes, as questões colocadas acerca da homossexualidade focam exclusivamente as relações sexuais. Há muita curiosidade acerca disso. Assim, as vidas das pessoas são reduzidas apenas ao sexo, e as componentes afetivas e relacionais são ignoradas ou menosprezadas.

Somos educados numa cultura aparentemente heterossexual, e outras formas de sexualidade que não se enquadrem nessa orientação são facilmente entendidas como estranhas ou pervertidas.

Esta visão pode mudar quando consideramos o sexo como uma das formas básicas dos indivíduos para se expressarem perante o mundo e estabelecerem uma comunicação íntima e profunda consigo próprios e com os outros através do prazer. Nesta perspetiva, o comportamento sexual é uma componente do processo de construção de identidade. De facto, é uma viagem pessoal em busca de si próprio/a que decorre e se altera ao longo do tempo; é uma experiência de construção do conhecimento separada da função reprodutiva e de qualquer outra dicotomia, incluindo as seguintes: masculino-feminino, ativo-passivo, domínio-submissão, heterossexualidade-homossexualidade.

## Informação de base

Para pessoas LGBT há muitas formas de praticar sexo, as quais, não obstante as suas diferenças específicas, partilham o objetivo comum de expressar intimidade e encontrar prazer erótico mútuo no relacionamento com o outro. A única diferença entre homossexuais e heterossexuais é que as relações homossexuais não podem levar à procriação. Os gays e as lésbicas ainda têm de se proteger, não no sentido de evitar uma gravidez indesejada, mas contra Infecções Sexualmente Transmissíveis e o VIH.

Estudos reportam que os homens gays têm mais probabilidades de ter mais parceiros sexuais que as mulheres lésbicas. Esta diferença não tem tanto a ver com a diferença entre gays e heterossexuais, mas sim com diferenças entre homens e mulheres e como experienciam a sua sexualidade, baseada nos modelos estereotipados tradicionais de “masculinidade” e “feminilidade”. Para as mulheres (heterossexuais ou lésbicas), a sexualidade está mais aliada à intimidade afetiva, enquanto os homens são mais propensos a praticar sexo apenas pelo sexo. Por isso, há uma diferença relacionada com o género e não com a orientação sexual. Assim, se dois homens e duas mulheres tiverem sexo, o modo como experienciam essa sexualidade será exclusivamente “masculino” ou exclusivamente “feminino”. Por outras palavras, no sexo entre gays ou lésbicas pode haver uma duplicação da experiência de sexualidade masculina ou feminina, dependendo dos estereótipos interiorizados por cada parceiro/a. Como os homens tendem a separar o sexo da intimidade, é mais provável que tenham múltiplos parceiros sexuais ao longo do tempo, ou até durante um relacionamento estável. Similarmente, é mais provável que duas mulheres lésbicas sejam monógamas, já que as mulheres parecem preferir uma combinação de sexo e intimidade. No entanto, também nas vidas das pessoas homossexuais, há uma larga escala de comportamentos diversos, tanto entre casais estáveis como quando procuram um parceiro.

Explicar diferenças no comportamento sexual a partir do ponto de vista do género e não da orientação sexual torna mais fácil para os profissionais heterossexuais lidar com questões relacionadas com a sexualidade LGBT, porque será mais fácil para eles sentir empatia com a experiência de cada pessoa, homem ou mulher, independentemente da sua orientação sexual.

## O que significa para mim?

Já vimos que falar de sexualidade é muito difícil numa cultura que ainda é sexofóbica. Para além disso, a nossa vida sexual é parte da nossa vida íntima, e torna-nos particularmente vulneráveis e sensíveis quando falamos sobre isso. Por vezes, mesmo quando estamos a falar em termos gerais, tememos revelar algo acerca da nossa vida pessoal. Estas declarações podem parecer contrastantes com o comportamento dos jovens, já que eles experimentam o sexo e são geralmente muito explícitos acerca da sexualidade, embora isto possa ser uma espécie de autodefesa, escondendo o seu embaraço e, por vezes, vergonha.

Por isso, quando discutir sexualidade com adolescentes, é extremamente importante que aborde o tópico de um modo profissional e não “assético”.

Todos os adolescentes, independentemente de se definirem como pessoas gays, lésbicas, bissexuais ou heterossexuais, necessitam de informação e orientação à medida que crescem e exploram o seu corpo e a sua sexualidade. Para aqueles adolescentes que têm pensamentos ou sentimentos eróticos por parceiros do mesmo sexo, este apoio pode ser ainda mais importante.

Aspetos que pode ter em conta quando trabalhar com adolescentes gays, lésbicas e bissexuais:

- quando falar acerca da sexualidade, a possibilidade de experiências sexuais com parceiros do mesmo sexo é normalmente “esquecida”, mencionada apenas brevemente por ser mais politicamente correto. Quando falar de amor, sexualidade ou viver juntos, pode apresentar a sexualidade homossexual como uma forma natural e legítima de expressar sentimentos e viver junto com os outros, tal como a sexualidade heterossexual.
- tente aumentar a sua consciência acerca das suas experiências sexuais e da sua visão da (homo-/bi-) sexualidade.
- forneça aos adolescentes brochuras, panfletos, etc. que contenham informação suplementar acerca de qualquer tipo de sexualidade e os contactos de instituições de aconselhamento onde se podem dirigir para falar de qualquer problema relacionado com homossexualidade. Certifique-se que inclui associações para jovens gays e lésbicas.

# Educação

## A ter em conta

Antes de começar a falar de homossexualidade e sexualidade em geral na aula, é importante ter em conta algumas considerações. Rapazes e raparigas podem estar muito interessados em sexualidade, especialmente durante a puberdade. Para além disso, tendem a pensar em termos de preto e branco: as coisas ou são boas ou más. Lembre-se que falar de sexualidade requer autenticidade e um certo nível de intimidade, por isso esteja preparado/a para responder a perguntas pessoais acerca das suas próprias experiências e pontos de vista. Reserve um tempo prévio para pensar sobre que informação deseja partilhar com os estudantes e que informação não deseja partilhar. Todos têm o direito de proteger a vida privada.

Sugerimos que considere as seguintes questões para se preparar para a discussão deste tópico sensível com os seus alunos:

- O que lhe ensinaram acerca da (homo-/bi-) sexualidade, em casa e na escola?
- O que imagina quando pensa sobre o comportamento sexual de pessoas gays e lésbicas? Acha que tem algum preconceito quando se trata de sexo entre dois homens ou duas mulheres? Quais são os seus preconceitos? Consegue imaginar a sua origem?
- Já teve alguma experiência sexual?
- Quando começou a ter as suas primeiras experiências sexuais? Considera-as positivas ou negativas?
- Já teve ou imaginou qualquer experiência sexual com parceiros do mesmo sexo? Se sim, como as define?
- Qual é a idade que pessoalmente considera apropriada para os jovens terem as suas primeiras experiências sexuais?

# Educação - Perguntas Frequentes

*Por favor, considere também as perguntas para os conselheiros.*

## **É verdade que o comportamento homossexual existe entre os animais?**

Cientistas observaram comportamentos homossexuais em mais de 470 espécies de animais (chimpanzés, golfinhos, andorinhas, borboletas, anfíbios, répteis, peixes e animais domésticos, como vacas, ovelhas, porcos, coelhos, cavalos, cães e gatos). É interessante que, no reino animal, o sexo não é exclusivamente destinado à reprodução, mas também pode ter funções sociais. Muitos animais são sexualmente ativos fora da época de acasalamento e são capazes de sentir prazer com o sexo. Os macacos envolvem-se em diferentes tipos de práticas sexuais, incluindo felação (“felatio”). Os cisnes negros macho são muito bons pais para as suas crias. Durante o período de verão as baleias assassinas passam 10% do seu tempo em atividades homossexuais. Treze espécies de lagartos no sudoeste americano têm populações exclusivamente femininas que são capazes de se reproduzir sozinhas. *Para mais informação, consulte a secção de bibliografia.*

## **Por vezes ouço os meus alunos árabes a insultarem-se com a palavra "zamel". Parece ser um insulto sexual. O que significa?**

Tem razão. “Zamel” é uma palavra depreciativa para um homem que adota o papel passivo durante o ato sexual com outro homem (o mesmo conceito é expressado pela palavra turca “ibne”). A palavra refere-se ao pecado de “liwati”, que é ter sexo anal como parceiro “passivo”. Em muitas culturas, é considerado humilhante para um homem adulto ser “passivo” durante o sexo anal, enquanto o mesmo não se aplica ao homem que desempenha o papel ativo. Nas culturas Muçulmanas, o conceito de relacionamento igual entre dois homens não existe, por isso algumas pessoas equiparam “liwat” a “homossexualidade” e “zamel” a “homossexual”.

## **Quem desempenha o papel masculino e quem desempenha o papel feminino nos relacionamentos de gays ou lésbicas?**

Estudos mostram que não há papéis fixos nos casais homossexuais; as regras tradicionais e os modelos dos casais heterossexuais não se aplicam a uniões do mesmo sexo. Para além disso, mesmo nos casais heterossexuais há uma grande variedade de comportamentos que são abordados apenas na arte e na literatura científica. A ligação entre género e comportamento sexual existe, mas tenha atenção para não reforçar estereótipos! Relações sexuais entre homens são normalmente associadas a comportamentos brutos e animais. O sexo entre homens é tido como sendo muito “duro” e “sujo”, com referência à penetração anal. Em modos gerais, o sexo entre duas mulheres raramente é mencionado e, quando é, diz-se que é suave e delicado, embora igualmente “nojento”.

As ideias preconcebidas e os preconceitos que caracterizam estas imagens estereotipadas tornam difícil investigar e descobrir a própria sexualidade de uma forma autónoma. Os adolescentes que estão inseguros acerca da sua sexualidade tendem a dar excessiva importância a normas e a não se permitirem, nem aos outros, desviarem-se muito delas.

## **Todos os gays gostam de sexo anal? Isso dói?**

As relações anais não são praticadas exclusivamente por homens gays. Alguns heterossexuais e mesmo lésbicas praticam-nas se se sentirem confortáveis. A região anal é muito sensível e pode provocar prazer (especialmente nos homens se a próstata for tocada gentilmente). No entanto, há muitos homens gays que não gostam de relações anais. Tal como acontece com a penetração vaginal, a penetração anal pode magoar, especialmente se for praticada de uma forma veemente sem pensar que pode magoar. De qualquer modo, é recomendado o uso de preservativos certificados e lubrificantes à base de água para se proteger de ISTs e VIH.

# Educação - Ferramentas

## Considerações gerais

A educação sexual não devia ser restringida a factos biológicos mas devia também direccionar-se à esfera emocional. Pode introduzir o tópico através da literatura, das ciências sociais, história ou artes (música, pintura etc.). Se trabalhar em parceria com um colega do sexo oposto, poderão apresentar à turma pontos de vista diferentes de acordo com o género.

Separe rapazes e raparigas se tiver a percepção que não será fácil para os alunos falarem abertamente em frente a toda a gente. Depois de terem passado algum tempo a trabalhar separados, junte-os de novo num só grupo e deixe-os falar acerca do que discutiram antes e do que gostaram por terem trabalhado em grupos separados, talvez escolhendo um porta-voz “corajoso”, que possa responder à questão enquanto os outros vão acrescentando alguns comentários e detalhes. Deverá seguir-se uma troca de opiniões.

Quando discutir sexualidades, é importante incluir a homossexualidade apresentando-a como uma das expressões da sexualidade, um dos possíveis resultados do desenvolvimento afetivo normal de um indivíduo. Tenha em conta que, já que os adolescentes se sentem inseguros acerca da sexualidade, normalmente falam dela de um modo muito provocador.

Quando introduzir o tópico da sexualidade, é melhor usar exemplos concretos e levar os alunos a refletir acerca dos seus próprios interesses, preferências e receios.

Pode ser útil convidar um(a) orador(a) convidado/a gay ou lésbica e/ou pessoas formadas na condução de projetos de educação sexual (*ver contactos úteis na secção Contactos*), mas assegure-se que não delega completamente a tarefa em alguém. Os adolescentes podem ver isso não só como um sinal de que está envergonhado/a com o tópico ou é incapaz de lidar com ele, mas também como um sinal do seu desagrado pessoal em lidar com o tópico e, para o/a agradecer, podem não se envolver nas atividades.

## Jogo do Carrossel

*Objetivo:* ultrapassar o embaraço e a vergonha e encorajar os adolescentes a falar sobre a homossexualidade.

*Método:* writeescrever 25 perguntas sobre sexo num conjunto de cartões. Prepare um conjunto para cada aluno.

As questões devem ser variadas: algumas devem questionar sobre factos e outras sobre opiniões, das mais simples às mais difíceis e das mais impessoais às mais pessoais. Assegure-se que inclui um bom número de perguntas acerca da homo-/bissexualidade. Sente os alunos em dois círculos ou filas de modo a que fiquem frente a frente em pares.

Explique o jogo: “Cada pessoa recebe um conjunto de 25 questões acerca de relacionamentos e sexualidade. Leiam a questão e perguntem a vós mesmos, primeiro, se vão responder a essa questão. Se não vão, ponham a carta no monte e tirem a próxima. Quando encontrarem uma questão que querem responder, leiam-na à pessoa sentada à vossa frente. Essa pessoa também tem a hipótese de escolher se quer ou não responder a essa questão. Se não quiser responder, dirá: “Próxima pergunta”. Caso contrário, responde à pergunta. Depois de uma questão ser respondida, trocam de papéis e a outra pessoa começa a colocar as questões. Isto continua até que diga ‘Rodar!’ Dirá isto de cinco em cinco minutos. Depois da mudança, todos o que estão sentados no círculo de dentro (ou numa das filas) sentam-se na cadeira à sua direita. Os dois novos parceiros começarão com novas perguntas.” Depois de meia hora ou cinco turnos, pare o jogo.

Pergunte aos alunos o que eles acharam do jogo. Foi divertido, difícil ou as duas coisas? Saberão explicar porque escolheram não responder a algumas questões? Tenha o cuidado de respeitar todas as razões que os adolescentes apontarem, o embaraço não é algo de que se tenha vergonha!

Note bem: durante o jogo, os participantes podem “entusiasmar-se” demasiado; por isso, assegure-se que a confusão não prevalece, com pessoas a rir e a fazer piadas, por exemplo. Nos grupos onde as normas culturais tornam difícil para as mulheres falar com homens abertamente acerca de sexo, considere fazer o exercício em sub-grupos

do mesmo sexo.

Como extensão deste exercício poderá sugerir ao grupo das raparigas que coloque perguntas ao grupo dos rapazes e vice-versa. Uma porta-voz das raparigas lê as questões aos rapazes. Os rapazes discutem as questões como grupo e chegam a uma resposta final em conjunto, depois um deles lê as respostas em voz alta. Desta forma, a atenção recai sobre o grupo e não sobre os indivíduos, assim os alunos podem expressar-se livremente sem se sentirem embaraçados e podem satisfazer a curiosidade acerca daquilo que o sexo oposto pensa sobre questões importantes.

## Educação Sexual e Homossexualidade

*Objetivo* promover a discussão acerca da homossexualidade inserida nos programas de educação sexual.

*Método:* este exercício tem três fases. Diga aos alunos que quer saber a opinião deles para o desenvolvimento de melhores programas de educação sexual. O primeiro passo é perguntar-lhes o que é que eles sabem sobre sexo e onde é que vão buscar a informação sobre sexo. Se eles apenas responderem dando informação normativa (por exemplo, que devemos utilizar preservativo), então diga-lhes que também gostaria de saber quem é que os ajuda a formar as suas opiniões e sentimentos acerca das questões sexuais. O segundo passo consiste em insistir no que eles necessitam da educação sexual na escola. Também aqui, preocupe-se em que eles não falem apenas de necessidades 'neutras' (como mais aulas sobre este tópico). O terceiro passo é perguntar como é que a escola deve ensinar a educação sexual tendo em conta as minorias culturais. Se eles não entenderem esta questão, dê exemplos concretos referindo-se a contextos multiculturais (por exemplo, mostrando que ambos os géneros têm necessidades específicas, que os papéis e as normas são diferentes nas várias culturas) e a minorias sexuais/de género (transexuais, gays, bissexuais e lésbicas). Se os alunos incidirem sobre questões interculturais mas procurarem passar à frente ou ignorar a questão das minorias sexuais e de género, pergunte-lhes a razão e onde é que essas minorias podem encontrar informação acerca da sexualidade se a escola não lha fornecer.

Note bem: este exercício funcionará melhor em escolas, associações, grupos que encorajam a aprendizagem através da experiência. Se a escola ou os seus agentes estiverem apenas focados em resultados cognitivos, a passagem da discussão de opiniões para o crescimento pessoal será mais difícil. Assegure-se que dá o último passo: juntamente com os seus colegas discuta acerca de como utilizar as sugestões dadas pelos adolescentes para melhorar a forma como ensina educação sexual!

## Da Discriminação à Sexualidade

*Objetivo:* promover a discussão acerca da sexualidade não focada no sexo.

*Método:* este exercício tem três fases. A primeira fase é perguntar aos adolescentes se podem dar exemplos de discriminação. Em grupos multiculturais surgirão frequentemente exemplos racistas. A segunda fase é conduzir a discussão em direção ao género. Pergunte por exemplo: "Referiram exemplos de discriminação por parte de pessoas que na realidade não se conhecem muito bem. Também há discriminação entre pessoas que se conhecem bem, como no contexto dos relacionamentos amorosos?" Esta questão provavelmente conduzirá os adolescentes a citar exemplos como violência nas relações íntimas e diferentes expectativas de homens e mulheres. A terceira fase será conduzir o debate para a diversidade nos relacionamentos. Por exemplo, pode perguntar aos alunos: "Problemas como estes podem ser resolvidos ao reorganizar o relacionamento?" e "Conhecem exemplos de 'outros' tipos de relacionamentos amorosos? Em que medida estes problemas serão diferentes em relacionamentos de gays ou lésbicas?"

Note bem: este exercício requer que os educadores tenham boa capacidade para orientar debates. Terá de ouvir atentamente os alunos e adaptar-se às suas necessidades, enquanto ao mesmo tempo conduz a discussão numa direção específica. Claro que este processo não pode ser planeado em detalhe com antecedência – programe pelo menos uma hora e meia para este exercício.

## UMA HISTÓRIA...



<Antonio> Estou no chat correto, aquele para jovens gays e lésbicas, certo?  
<Almira> Olá António, prazer em conhecer-te. Sim, estás no chat certo. De onde és?

<Antonio> Menina, nunca se dá este tipo de informação num chat! :-) Vivo em Itália.

<Almira> E eu vivo na Alemanha, Aqui também há pessoas de outros países Europeus.

<Antonio> Então já vens a este chat há muito tempo?

<Almira> Sim.

<Mark> Olá a todos.

<Koray> Também sou novo aqui, bom dia.

<Elsa> Olá, rapazes.

<Mark> Como estás, Elsa? Está tudo bem com a Chloé, tenho saudades dela.

<Antonio> Um olá caloroso, especialmente para o Koray ;-)

<Koray> Também para ti.

<Elsa> A Chloé ainda não está OK, mas eu estou lentamente a ficar melhor.

<Mark> Desculpem, mas tenho de conversar com a Elsa um bocado – se vos incomodar, vamos para um chat privado, ok?

<Almira> Estou interessada.

<Koray> Junta-te a nós.

<Antonio> Tenho mil perguntas, Estou em pulgas, mas serei paciente;-)

<Mark> Fico feliz por saber isso. Elsa, conseguiste alguma coisa do aconselhamento?

<Elsa> Sim, a mulher é mesmo fantástica! Ajudou-me muito. Espero que a Chloé se junte a nós no chat hoje, aí podíamos ver juntos como ajudá-la. Isso seria bom. Já não me sinto tão desamparada como há algumas semanas. Como estás, Almira?

<Almira> O conselheiro do grupo de apoio falou com os meus pais. Agora eles sabem que eu sou lésbica e aceitaram-no sem fazer muito escândalo. O principal é que eles não me vão perder. Mas é uma longa caminhada.

<Elsa> Claro. Estou a torcer por ti. Tudo de bom.

<Almira> Obg

<Koray> Não percebi, mas desejo-te tudo de bom;-) Que perguntas tens? @Antonio

<Antonio> Ok, vou direto ao assunto...

<Antonio> Vivo há dois anos com um rapaz, e gosto mesmo dele...

<Mark> Parabéns.

<Koray> Oh, se ao menos eu pudesse ter um relacionamento assim:-)

<Antonio> Esperem aí, o melhor ainda está para vir.

<Antonio> Sinto-me extremamente atraído por uma rapariga nos últimos seis meses. No início nem queria acreditar. Admitir a mim próprio que sou gay já é suficientemente difícil. E agora tenho de redefinir tudo desde o início. Não sei mesmo como fazê-lo.

<Koray> Tens a certeza absoluta disso?

<Antonio> Sim, absoluta.

<Elsa> E ainda vives com o teu namorado?

<Antonio> Sim, claro. Eu amo-o.

<Mark> O teu namorado sabe que te sentes atraído por ela?

<Antonio> Para ser sincero, não.

<Mark> Diria que isso não é muito bom.

<Elsa> Ela sabe da existência dele?

<Antonio> Sim, ela sabe tudo

<Koray> Então o que vais fazer?

<Antonio> Se eu soubesse... Achei que vocês pudessem ter algumas sugestões para mim!!

<Mark> Devias falar com o teu namorado.

<Almira> Neste chat não há aconselhamento. Mas há chats – talvez também em Itália, não sei bem – nos quais os conselheiros participam e podem ajudar-te.

<Antonio> A pior parte é que não sei se devo continuar com o meu namorado.

<Koray> Compreendo, ficaria feliz se me apaixonasse por uma rapariga – mas parece que

sou 100% gay.

<Mark> Eu também. Não sinto nada por raparigas.

<Elsa> Não te entendo mesmo. Acho que as raparigas são espetaculares:-)

<Almira> Concordo com a Elsa.

<Koray> E se contasses a verdade ao teu namorado?

<Antonio> Sim, mas qual é a verdade?

<Mark> Que provavelmente és bissexual?!

<Elsa> Pode parecer fora de moda, mas não confio em pessoas que dormem com rapazes e raparigas ao mesmo tempo.

<Antonio> Porque não?

<Elsa> Querem ter tudo, sem terem de tomar uma decisão. Acho que é covardia.

<Mark> Ei Elsa, o que é que estás a dizer?

<Almira> Percebo a Elsa, se a Julie me aparecesse de repente a dizer que estava atraída por um rapaz, deixava-a imediatamente. Nem consigo pensar numa coisa dessas.

<Koray> Se me apaixonar por uma rapariga acho que não teria mal;-) mas se fosse o meu namorado... nem pensar!

<Mark> Exatamente, Antonio. O que dirias se o teu namorado chegasse e te dissesse uma coisa dessas?

<Antonio> Desculpem, tenho de pensar nisto tudo. Voltarei mais tarde. Obg e adeus.

<Antonio> Olá, estou de volta.

<Aaron> Olá Antonio.

<Koray> Como estás, Antonio? Decidiste fazer alguma coisa?

<Antonio> Falei com o Paolo e contei-lhe tudo.

Mark> Mal posso respirar.

<Koray> Conta-nos.

<Antonio> Como a Almira previu, ele deixou-me.

<Mark> O QUÊ? Oh, tenho muita pena, Antonio, mesmo.

<Aaron> O que aconteceu? Conta-nos, por favor.

<Antonio> Provavelmente sou bissexual, mas o meu namorado não aceita.

<Aaron> Estou sentado em frente ao monitor a abanar a cabeça. O que interessa é que duas pessoas se amam verdadeiramente, não é?

<Antonio> Mas no meu caso é mais três pessoas.

<Aaron> Qual foi o problema? Foi porque lhe contaste demasiado tarde ou porque se trata de uma mulher que o Paolo não aceitou?

<Antonio> Ambos.

<Julie> Gostaria de dizer o que penso, a Almira falou-me de ti. Para mim, o mais importante seria que estivesse tudo às claras e que eu estivesse informada. Depois poderia lidar com isso.

<Antonio> Isso é tão fácil dizer, Julie. Mas eu estava tão perturbado, que nem encontrei palavras para os meus sentimentos.

<Julie> Se a Almira se apaixonasse por um rapaz esperaria que ela me contasse antes de começar fosse o que fosse com ele.

<Antonio> Sim, certo. E o que farias depois disso, Julie? Quem me dera não ter começado nada com aquela rapariga!

<Julie> Teríamos de decidir juntas como criar uma situação em que todas as partes envolvidas se sentissem seguras.

<Antonio> Achas mesmo que isso iria resultar?

<Julie> Acho que é a única maneira!

<Aaron> Tenho quase a certeza que basicamente toda a gente se pode apaixonar por homens e mulheres. Nós é que definimos as orientações sexuais tão rigidamente. Não temos de ter vergonha. Acho que é mesmo bom podermos amar pessoas diferentes. Admiro a tua coragem, Antonio.

<Julie> Vamos pensar nisto como um desejo utópico e vamos ajudar-nos uns aos outros para o atingir!! Talvez um dia se concretize!!!

<Antonio> De acordo. Obg a todos vocês!



# Aconselhamento

## A ter em conta

O aconselhamento é um encontro entre dois indivíduos que tem lugar num determinado local e hora, isto é, num contexto histórico e cultural específico. De um ponto de vista construtivista, podemos dizer que qualquer sociedade em qualquer período histórico “forja” significados específicos de sexualidade. O conselheiro e os utilizadores trocam pontos de vista acerca deles, desenvolvendo assim uma base para a sua atividade de aconselhamento.

A ascensão da família de classe média nas culturas ocidentais coincidiu com o desenvolvimento de pontos de vista específicos sobre papéis em função do género, amor e sexualidade. Ao mesmo tempo, o termo “homossexualidade” foi inventado para distinguir comportamento dentro do mesmo sexo do heterossexual, que era considerado como sendo a “norma”, não só estatisticamente, mas também em termos de “normalidade”.

Há poucos anos, o movimento homossexual reclamou o direito de autodefinição e sugeriu o uso de termos que não se baseiam no comportamento sexual mas na afetividade e na sensação de pertença a um grupo. Por exemplo, ativistas gays e lésbicas preferem o uso de termos como “gay” e “lésbica” em vez de “homossexual” para sublinhar a importância da diversidade de género e também porque a palavra “homossexual” no passado esteve ligada a um paradigma que patologizava a homossexualidade. Estas questões terminológicas não eram apenas uma questão de forma mas tinham impacto no conteúdo que era veiculado; são indicadores dos valores e do mundo emocional do orador, que também despertam experiências emocionais significativas no ouvinte.

Uma sessão de aconselhamento é também influenciada pelas dinâmicas comunicativas e relacionais que se desenvolvem entre o conselheiro e o seu interlocutor. Uma competência que o conselheiro tem de possuir é a autenticidade, já que as próprias convicções do conselheiro irão inevitavelmente influenciar o processo de aconselhamento. No entanto, a autenticidade requer um certo grau de autoconsciência acerca de dúvidas, questões não respondidas e “ângulos mortos” (“blind spots”) que deverão ser discutidos com colegas e durante a supervisão. Os conselheiros devem dedicar algum tempo a estes temas e questionar-se como é que os seus próprios pontos de vista podem influenciar o processo de aconselhamento.

- O que sabe acerca de estilos de vida e relacionamentos entre pessoas do mesmo sexo? Onde recolheu essa informação e com quem trocou pontos de vista?
- O que aprendeu acerca de estilos de vida de pessoas do mesmo sexo durante a sua formação profissional? O que sabe acerca da diferença entre orientação sexual e identidade de género?
- Que atitude tem perante mulheres que têm relacionamentos e relações sexuais com outras mulheres? Até que ponto essas atitudes diferem daquelas que tem perante homens que têm relacionamentos e relações sexuais com outros homens?
- Durante o seu desenvolvimento sexual, já teve alguma experiência homossexual? Como é que vê essa experiência hoje?
- Que significado ou valor acha que a sexualidade tem para a identidade de uma mulher lésbica? E para a identidade de um homem gay?
- Que experiência possui no aconselhamento a pessoas LGBT?
- Acha que as pessoas LGBT prefeririam trabalhar com um conselheiro LGBT? Se sim, por que razão e de que forma a identidade de um(a) conselheiro/a gay pode afetar o ambiente ou o processo de aconselhamento? Se não, porquê e o que pode ser mais útil para conselheiros heterossexuais?

# Aconselhamento - Perguntas Frequentes

*Por favor, considere também as questões da secção “Educação”.*

## **Como devo reagir se uma pessoa tem receio porque tem experiências e/ou fantasias sexuais com pessoas de ambos os sexos e não consegue compreender o que ela própria é?**

Pessoas que se definem como heterossexuais também podem ter fantasias ou experiências com pessoas do mesmo sexo.

De modo semelhante, gays e lésbicas podem ter relações sexuais com pessoas do sexo oposto. Apoie o seu interlocutor no sentido de pensar em amor e atracão (independentemente do género) de uma forma positiva e ajude-o/a a expressar estes sentimentos de uma forma apropriada. Traga mais flexibilidade à categorização sexual dominante. As fronteiras entre heterossexualidade, homossexualidade e bissexualidade são muito fluidas e não as encontramos definidas como tal na “Natureza”, já que são a expressão de necessidades produzidas culturalmente por homens (no século XIX). Estas categorias são por isso “artificiais” e podem ser alteradas, já não correspondendo às nossas necessidades atuais. O indivíduo não tem de se conformar com estas definições, são as definições que precisam de se alterar e adaptar ao sentimento dos indivíduos!

Por exemplo, se uma pessoa tem relações sexuais com pessoas de ambos os sexos, não é sempre necessário ou aconselhável defini-la como bissexual. Há pessoas que se identificam como heterossexuais e têm sexo com pessoas do mesmo sexo. Ao mesmo tempo, também há pessoas que se definem como homossexuais e têm experiências eróticas com parceiros do sexo oposto. Deve focar-se nas necessidades das pessoas em causa sem salientar a necessidade de identificação clara, e ajudá-las a desfrutar das aparentes contradições da vida humana.

## **Como devo reagir se uma pessoa que tenta ter relações sexuais com um parceiro do mesmo sexo me diz que tem medo de práticas sexuais específicas?**

Sexo entre duas mulheres ou dois homens pode ser tão satisfatório como sexo heterossexual. Não há qualquer conjunto pré-determinado ou obrigatório de boas práticas sexuais. Pessoas de ambas as orientações podem envolver-se mais ou menos no mesmo tipo de práticas, mas cada um tem diferentes preferências. O sexo entre homens não se limita à penetração anal ou ao sexo oral. De modo semelhante, duas mulheres podem decidir se querem ou não penetração anal ou vaginal, e como fazê-lo. As práticas sexuais que dois homens ou duas mulheres querem experimentar têm de ser negociadas entre eles, tais como aquelas entre um homem e uma mulher, e não se aplicam quaisquer regras convencionais pré-definidas.

## **Como podem duas mulheres ter sexo se não têm pénis?**

Esta é uma questão colocada muitas vezes por jovens. A imagem estereotipada da relação sexual definida por penetração vaginal por um pénis é persistente. Especialmente os rapazes têm muita dificuldade em imaginar como é que prazer sexual e o orgasmo podem existir sem penetração de um pénis numa vagina. Como já foi mencionado, o sexo com penetração não é limitado aos heterossexuais. O importante não é “a falta de pénis” mas o facto de que sentir alguém dentro de nós pode ser excitante, tanto para heterossexuais como para homossexuais. Por outro lado, o sexo com penetração não é a única forma de experienciar o sexo pleno, também o sexo oral ou a estimulação manual pode causar muito prazer. Mais importante, o prazer vem de um todo do corpo de cada um e, daí, do envolvimento emocional da pessoa num momento específico, num relacionamento. Podemos envolver-nos de uma série de formas, e isso é uma escolha pessoal.

# Aconselhamento - Ferramentas

## O meu Corpo

*Objetivo:* ajudar os adolescentes a compreender melhor as emoções acerca da sexualidade e da autoimagem. Uma componente essencial da experiência de identidade de género de um homem ou de uma mulher é a imagem que ele/a têm do seu próprio corpo e a consciência das suas próprias necessidades físicas e emocionais. Os sentimentos, pensamentos e comportamento de um indivíduo existem na medida em que estão incorporados, em que são a expressão de movimento e da transformação infinita da nossa existência, como o corpo a interagir com o ambiente.

*Método:* como parte essencial da identidade de um homem ou de uma mulher é a imagem que ele/a tem do seu corpo e a percepção e satisfação das suas necessidades, será interessante colocar-se a si próprio(a) ou ao seu interlocutor as seguintes questões:

- Que importância têm as roupas para mim? O que sinto quando estou despido/a ou nu(a)?
- Como reajo a imagens de homens gays e mulheres lésbicas em público?
- Qual a parte do meu corpo que considero mais bonita?
- Que partes do meu corpo têm especial importância para mim?
- Que partes do meu corpo eu não gosto? Por que razão? Como lido com os meus sentimentos?
- O que aprendi com o meu pai e a minha mãe sobre o modo como o corpo é considerado? O que aprendi com eles acerca da nudez e da sexualidade?
- Como é que a minha mãe e o meu pai reagem à minha aparência exterior? A reação deles ajuda ou impede o meu desenvolvimento?
- Que partes do meu corpo associo ao desejo sexual/à felicidade/à dor? Como é que trato delas?
- Como se desenvolveu o meu relacionamento com o meu corpo: na infância, na puberdade, hoje em dia?

Note bem: este exercício pode ser usado tanto pelo conselheiro como pela pessoa a quem este presta aconselhamento como ferramenta de autorreflexão. Será útil usar este método entre sessões como um tipo de trabalho de casa.

À medida que o processo de reflexão continua é provável que as pessoas comecem a tomar consciência como as atitudes que aprenderam com a família entram em conflito com os seus próprios valores individuais. Para gays e lésbicas, este conflito é difícil por duas razões: primeiro, por falta de figuras de referência positivas e, em segundo lugar, porque para construir a sua identidade eles podem sentir a necessidade de se manter à distância da norma heterossexual dominante a fim de construir a sua própria identidade através de identificação negativa ou anti-identificação.

## Sexualidade: Ontem-Hoje-Amanhã

*Objetivo:* ajudar as pessoas a refletir acerca do seu passado, tomar consciência dos seus valores pessoais e expressar os desejos para o futuro.

*Método:* necessitará de uma folha de papel do tamanho de um poster, uma folha A4, marcadores coloridos, tesoura e cola.

A pessoa divide o poster em três partes iguais desenhando linhas verticais. Cada secção do poster está reservada a cada uma das seguintes questões, da esquerda para a direita: Como encarei a minha sexualidade durante a puberdade? Como é que a encaro hoje? Como é que gostaria de a encarar no futuro? Deixe a pessoa apontar as suas respostas usando as suas próprias palavras. Depois, peça à pessoa para cortar a parte do poster que contém os seus desejos para o futuro. Cole a folha A4 para substituir a parte que foi cortada e depois cole a secção do “futuro” ao lado (fazendo uma ligação entre o presente e o futuro). A pessoa escreverá as respostas às seguintes questões no poster:

- Na mudança da puberdade para o presente, que desejos relacionados com a minha sexualidade satisfiz? Que recursos utilizei?
- Se pensar na minha sexualidade, o modo como quero que seja, o que me impede de concretizar esta visão?
- Que recursos posso utilizar para alcançar os meus desejos para o futuro?
- O que me ajudaria a ultrapassar os obstáculos?

Note bem: este exercício ajuda o conselheiro a obter informação acerca da visão da pessoa em relação à sua sexualidade. Também explica como ela vê o futuro e ajuda-a a identificar os recursos que estão disponíveis para atingir os seus objetivos. Baseando-se nesta informação, os objetivos para as sessões de aconselhamento subsequentes podem ser definidos. Para além disso, o conselheiro e o seu interlocutor podem decidir quanto mais poderão ou quererão continuar a trabalhar na questão da sexualidade deste último.

## Exercício das três cadeiras

*Objetivo:* ajudar a pessoa a refletir sobre a sua sexualidade, tentando determinar como considera o seu modo de vida.

*Método:* acrescentar mais três cadeiras à do conselheiro e à da pessoa a quem presta apoio. Primeiro, solicite-lhe que escolha três pessoas significativas na sua vida, uma da sua família, outra de entre os amigos e outra de entre os parceiros. Os nomes destas pessoas são escritos num papel e colocados, um em cada cadeira. De seguida, a pessoa terá de ficar de pé atrás de cada uma das cadeiras durante cinco minutos e o conselheiro colocar-lhe-á as seguintes questões: “Se eu pedisse a esta pessoa para dizer o que acha da forma como vive (a pessoa em causa) a sua sexualidade e como está satisfeita com ela, o que é que esta pessoa diria?”

Note bem: para que o exercício faça sentido, a pessoa deve mostrar-se disponível para conduzir uma exploração profunda da sua sexualidade. Quando a perspetiva muda, refletir acerca da própria sexualidade torna-se mais fácil; também é mais fácil distinguir entre o comportamento, atitudes e julgamentos desejados pelo próprio e pelos outros.

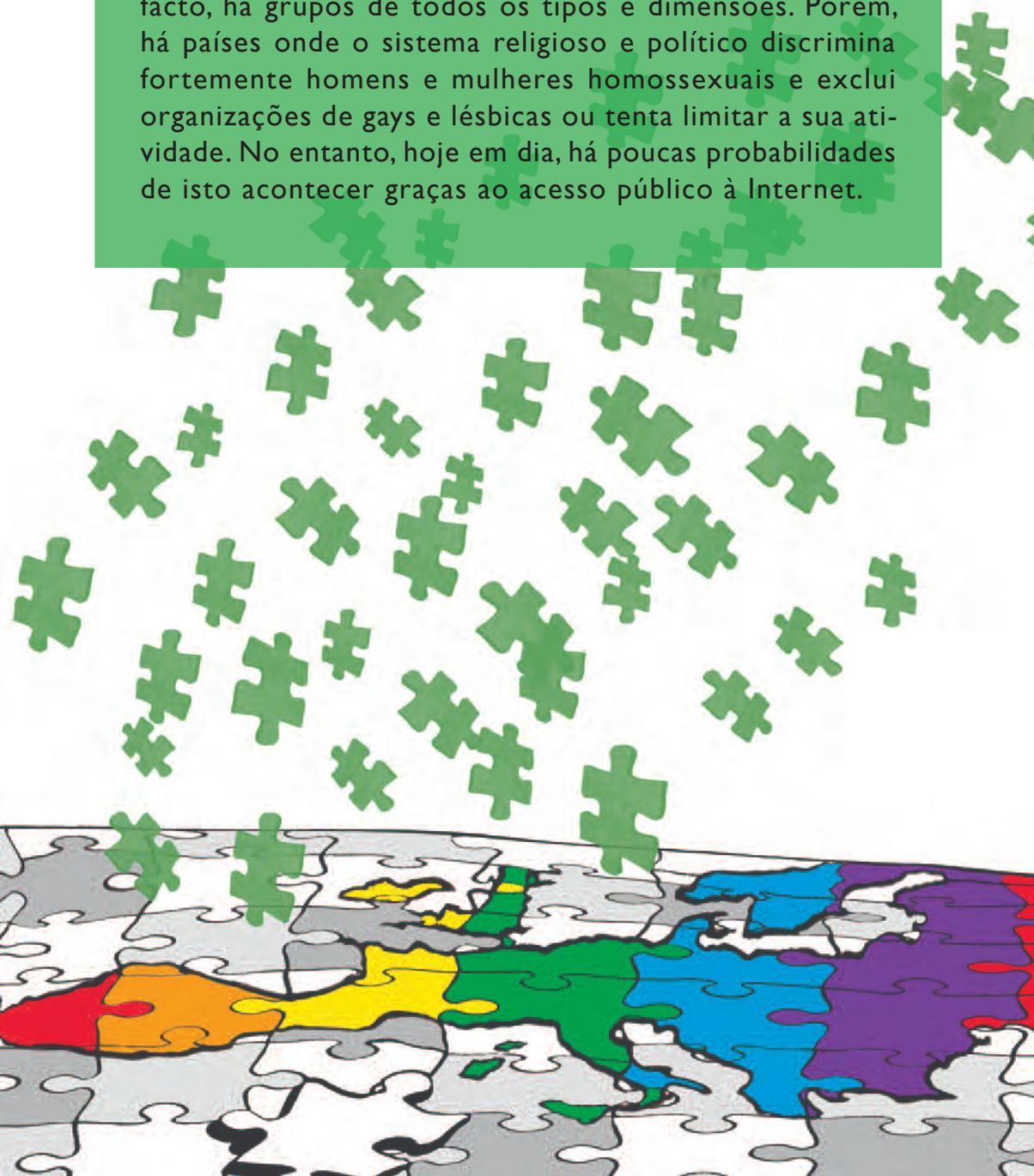
Quando o exercício estiver completo, a pessoa deverá ter uma ideia mais clara de como melhorar a forma como vive a sua sexualidade e deverá ser capaz de identificar os métodos mais eficazes de implementar a mudança.

# 7 A Comunidade LGBT

## Introdução

### Em primeiro lugar

Como as pessoas LGBT têm de enfrentar a discriminação em muitos aspetos das suas vidas, elas criaram os seus próprios grupos e comunidades por todo o mundo. De facto, há grupos de todos os tipos e dimensões. Porém, há países onde o sistema religioso e político discrimina fortemente homens e mulheres homossexuais e exclui organizações de gays e lésbicas ou tenta limitar a sua atividade. No entanto, hoje em dia, há poucas probabilidades de isto acontecer graças ao acesso público à Internet.



## Informação de base

Por vezes, os grupos que lidam com tópicos relacionados com LGBT são grupos direcionadas a um género específico, isto é, grupos para gays, grupos para lésbicas e grupos para transexuais apenas. No entanto, a maioria dos grupos são abertos aos outros géneros. Aqui, gays, lésbicas, bissexuais e transexuais podem conhecer-se e encontrar apoio, discutir experiência individuais de quando se assumiram às famílias e aos amigos, partilhar ideias e receios. Outros grupos estão envolvidos em atividades políticas ou sociais e defendem os direitos das pessoas LGBT, por exemplo, o direito a casar ou ter a união registada e leis antidiscriminação. Outros grupos concentram-se no setor da educação, dirigem-se, por exemplo, a escolas para falar com alunos sobre a assunção da sua identidade sexual e o que significa ser gay, lésbica, bissexual ou transexual.

Nos últimos anos, muitos grupos formaram-se para responder a interesses especiais, incluindo associações desportivas, grupos religiosos, etc.

O que temos de entender é que estes grupos, com os seus diferentes estilos e interesses, podem oferecer às pessoas LGBT uma oportunidade de desenvolverem a sua autoconsciência e conhecerem a comunidade local (isto é, *ultrapassar a solidão*).

Além disso, existem muitos bares, restaurantes, clubes, etc., que são vocacionados para ou aceitam gays e lésbicas, e onde as pessoas podem disfrutar de uma atmosfera relaxada porque os homossexuais constituem a maioria da clientela, e onde podem encontrar amigos ou sair com o/a parceiro/a sem receberem olhares suspeitos por parte dos outros clientes ou terem de se explicar.

Todos juntos, estes grupos, bares, clubes, centros de aconselhamento e associações constituem a comunidade LGBT.

Há muitas opiniões e estereótipos acerca desta comunidade. Por exemplo, alguns pais, professores e por vezes até os próprios jovens LGBT consideram a comunidade “estranha” ou frívola, olham-na como uma espécie de gueto onde se pode perder o contacto com a “normalidade”. Mesmo assim, depois de lá terem ido uma vez, as pessoas LGBT apercebem-se de que eles gostam dos diferentes espaços e instituições desta comunidade. Repararam que estes são apenas lugares “comuns” que, por acaso, têm uma clientela maioritariamente, mas não toda, LGBT.

Para além disso, estes lugares podem, de facto, ser um local de apoio e encorajamento, uma espécie de espaço protegido onde os homossexuais têm acesso a figuras de referência alternativas e não necessitam de temer serem observados ou insultados por demonstrarem o seu afeto em público.

Hoje em dia, há uma vasta gama de guias para as comunidades gays e lésbicas por todo o mundo. Estes guias estão disponíveis na Internet, em secções específicas de muitos jornais e revistas, em livrarias (isto é, Spartacus e muitos outros guias) e, claro, em locais de encontro LGBT, isto é, cafés, bares, restaurantes, centros, etc. Alguns destes lugares tornaram-se instituições locais devido ao seu passado, muitas vezes glorioso e atribulado, mas também porque são sítios populares para debates políticos e sociais. Estes lugares e clubes parecem muito semelhantes uns aos outros e constituem uma comunidade internacional.

Apesar de a situação em geral estar a melhorar, a maioria das instituições, grupos e bares da comunidade LGBT situa-se em grandes cidades. É por esta razão que muitos jovens gays, lésbicas, bissexuais e transexuais que vivem nos subúrbios ou nas zonas rurais visitam muitas vezes as cidades e fazem planos para se mudarem para lá. Esperam que o anonimato das grandes cidades os proteja do preconceito e da discriminação, e também esperam encontrar aí mais apoio e oportunidades.

## O que significa para mim?

Poderá visitar clubes ou instalações LGBT na sua cidade para ter uma ideia de como eles são. Esta é a única forma de poder recomendar a jovens LGBT um local ou organização de consciência tranquila, e só se lhe parecer apropriado. Alguns bares LGBT estão abertos a todos, homens e mulheres gays e heterossexuais são bem-vindos. Poderá lá ir, ver o local, fazer novos amigos e encontrar um local onde o multiculturalismo não é um slogan mas um princípio que é praticado diariamente.

Nas grandes cidades, até existem grupos gays, lésbicos e bissexuais para minorias étnicas onde as pessoas se podem encontrar com outros que não só partilham a sua orientação sexual como também o contexto cultural (*ver Contactos em anexo*).

# Educação

## A ter em conta

O que pensa pessoalmente da comunidade LGBT? Tem alguma ideia de como possa ser? Porque acha que esta comunidade existe? Que vantagens tem?

Para muitos *homossexuais* e bissexuais, a comunidade é uma rede social onde podem conhecer outros gays, lésbicas ou bissexuais, passar algum tempo livre e aprender alguma coisa sobre eles. A comunidade providencia proteção contra *alguns estereótipos comportamentais generalizados* e liberta os seus membros da obrigação de se comportarem de acordo com os papéis de género tradicionais. Geralmente, os gays e as lésbicas sentem-se confortáveis na comunidade porque podem comportar-se de modo consistente com aquilo que sentem e não carecem de se explicar ou justificar. Tente imaginar como se sentiria enquanto adolescente se só existissem uns poucos lugares onde pudesse ter a certeza absoluta que ninguém o/a iria criticar pelo seu amor ou orientação sexual.

Os conhecimentos efetuados na comunidade podem levar a amizades duradouras baseadas em relacionamentos genuínos e sinceros. A troca de experiências similares e de apoio mútuo pode ajudar gays e lésbicas a lidar com reações negativas quando se assumem perante a família ou no local de trabalho.

## Educação - Perguntas Frequentes

*Por favor, considere também as perguntas para os conselheiros.*

### **Por que razão criam os gays e as lésbicas os seus locais próprios? Isso não será uma espécie de gueto?**

Desde tenra idade, gays, lésbicas e bissexuais são criados como heterossexuais e ensinados que os sentimentos e os relacionamentos homossexuais não são valorizados na nossa sociedade. Para construir a sua própria identidade e autoestima, necessitam de ter os seus próprios espaços onde possam expressar os seus sentimentos sem terem receio de receber olhares ou comentários desagradáveis.

Para uma pessoa que não está familiarizada com a comunidade, esta pode parecer como um estilo de vida de gueto. A comunidade LGBT não é um gueto, mas é considerada como tal porque vivemos numa sociedade onde prevalece a norma heterossexual.

### **Como posso saber mais sobre a comunidade gay e lésbica local?**

A forma mais fácil é pesquisar informação na Internet. Outra forma, e possivelmente melhor, é visitar organizações de gays/lésbicas locais e pedir aos membros mais informação acerca das atividades em que estão envolvidos.

### **É-me permitido como heterossexual visitar lugares que pertencem à comunidade LGBT?**

Centros gays, lésbicos, bissexuais e transexuais estão geralmente abertos para quem estiver à procura de informação sobre as suas atividades, e essas pessoas terão em geral muito gosto em responder às suas questões (ver a listagem de sítios na Internet incluída no anexo ou procure os centros mais próximos de si). A maioria dos cafés, bares, pubs e restaurantes estão abertos a todos, apenas alguns clubes noturnos são “só para homens” e alguns locais de lésbicas só aceitam mulheres. Se não tiver a certeza, telefone e informe-se previamente.

# Educação - Ferramentas

## Rede de Factos e Preconceitos

*Objetivo:* explorar os factos e preconceitos que rodeiam a comunidade LGBT.

*Método:* pergunte aos alunos em que é que pensam quando ouvem o termo “comunidade lésbica” e “comunidade gay”. Escreva os seus comentários no quadro, una-os com linhas que representem associações entre eles, criando uma espécie de “rede”. Use diferentes cores para sublinhar comentários negativos e positivos (por exemplo, negativo = amarelo e positivo = verde). Questione porque é que há mais comentários amarelos do que verdes (que é o resultado mais provável) e explore quais destes comentários são factos e quais são estereótipos (juízos de valor que não são congruentes com factos), assim como quais são opiniões e sentimentos pessoais. Confirme que factos são conhecidos acerca da comunidade LGBT e de que forma os jovens os aprenderam. Explique factos acerca da comunidade local e a sua história à medida que vai avançando. Encerre a sessão perguntando aos alunos se a discussão os fez mudar de ideias.

Note bem: certifique-se que está preparado para fornecer informação adequada acerca da comunidade LGBT local. Considere convidar oradores de uma organização local de gays/lésbicas/bissexuais para fornecer aos jovens informação privilegiada sobre as atividades locais. Prepare-se também para as questões dos alunos acerca dos guetos homossexuais e da demonstração pública da homossexualidade.

## Marcha do Orgulho Gay

*Objetivo:* explorar as necessidades de visibilidade das pessoas LGBT.

*Método:* mostre uma imagem de uma Marcha do Orgulho Gay e pergunte aos alunos se eles sabem do que se trata. Encoraje-os a contribuírem com os seus próprios comentários. Provavelmente vai ouvir algumas observações fortemente negativas (para alguns alunos, a visibilidade das pessoas LGBT ou as formas para os tornar visíveis são inaceitáveis). Discuta os efeitos da discriminação e do orgulho na identidade de uma pessoa. Explique a história do Orgulho Gay (ver secção sobre “História e Cultura”). Compare orgulho étnico com orgulho gay.

Note bem: muitas pessoas ficam chocadas com os estilos de vida evidenciados nos eventos do Orgulho Gay que, é claro, atraem em grande escala a atenção dos meios de comunicação. Durante a discussão, tenha em consideração a influência distorcida dos media e a grande variedade de estilos homossexuais que, no final, refletem a variedade de estilos de vida da sociedade em geral.

## É um mundo hetero...

*Objetivo:* explorar os efeitos do heterossexismo e explicar o significado da comunidade LGBT.

*Método:* explicar que todos somos criados para sermos heterossexuais. Esclarecer igualmente que, como consequência, os adolescentes gays, lésbicas e bissexuais encontram-se numa situação particular, e que este trabalho pretende explorar como eles se podem sentir. Dê aos alunos alguns momentos para refletirem acerca desta questão: “Se o mundo não fosse orientado heterossexualmente, mas orientado em função dos gays e das lésbicas, iriam a um bar ‘hetero’?”. Uma questão adicional poderá ser: “O que pensaria a ‘normal’ população gay acerca disto?” Deixe os alunos partilharem os seus pensamentos e sentimentos. À medida que a discussão progride, pode tentar direcioná-la para como os alunos gostariam que fosse a situação. Depois tire conclusões que se relacionem com a situação presente: o que deviam pensar os heterossexuais acerca da comunidade LGBT?

# Aconselhamento

## A ter em conta

Pergunte a si próprio/a o que sabe acerca da comunidade LGBT, onde encontrou essa informação e se já visitou a comunidade.

Quando estiver a aconselhar gays e lésbicas, considere que o sentimento de pertença à comunidade LGBT pode ser uma parte integral da identidade e do dia a dia da pessoa. No entanto, alguns gays e lésbicas podem não se sentir confortáveis com alguns aspetos comerciais da comunidade porque sentem uma certa pressão para se comportarem e vestirem “convencionalmente”, e (ainda) não têm autoestima suficiente para seguir as suas próprias inclinações. A comunidade LGBT não resolve os problemas de todos, pode ter influência tanto positiva como negativa nas pessoas. Mesmo aqueles que normalmente não interagem com a comunidade fazem parte dela e são influenciados pelas suas normas e valores e, em troca, irão influenciar a comunidade.

Se não for gay, lésbica, bissexual ou transexual, deve pelo menos visitar algumas instituições da comunidade, tais como centros de aconselhamento e/ou um dos locais mais populares. As pessoas podem não querer explicar-lhe cada detalhe da comunidade LGBT, podendo assumir que está familiarizado/a com ela.

Se trabalha nos subúrbios, certifique-se que tem algumas moradas de contacto para fornecer às pessoas que o/a procuram para aconselhamento. Pode também contactar um grupo de apoio que possa recomendar às pessoas a quem presta apoio, ou uma organização LGBT que possa encaminhar para si pessoas para aconselhamento.

## UMA HISTÓRIA...

É uma completa e absoluta loucura.

Nunca teria conhecido a Patrizia se não tivesse andado à bulha no recreio da escola e se a Sra. Gazzi não me tivesse chamado ao seu gabinete por causa disso.

E aqui estou eu agora, à espera dela, com um frio na barriga e pernas a tremer. Quando vejo a cara dela à minha frente, sinto uma onda de calor pelo meu corpo. Teresa imagina aqueles profundos olhos castanhos como se olhassem para ela com um brilho, e depois se semicerrassem de alegria. Teresa respira profundamente, de outro modo não se consegue aguentar em pé de tanta excitação. Os outros não podem saber acerca delas, mesmo os amigos gays e lésbicas. A sua sexualidade é da sua conta agora. E também da Patrizia, claro. Ela olha para o pátio em baixo. Ela beijou Patrizia pela primeira vez durante a Festa Techno há três semanas. O coração dela ainda estremece quando pensa nisso. Nada mais importa, só quer estar ao lado dela. Teresa suspira. Nunca pensou que o mundo pudesse ser tão louco. A sua história com Patrizia é tão complicada que ninguém encontrará sentido nela. Os olhos de Teresa vagueiam por entre a multidão do café. As lésbicas e os gays aqui são mesmo simpáticos. A Sra. Gazzi tinha razão. Há mesmo um centro gay e lésbico aqui em Bolonha e ela nem sabia disso. Que ridículo.

O caso dela com Patrizia começou aqui. A primeira vez que lá foi, as suas mãos estavam húmidas de suor porque estava tão nervosa e ficou boquiaberta quando viu Patrizia sentada à janela, lá atrás. Patrizia, entre toda a gente. Ela é lésbica, pensou Teresa, por entre excitação e choque. Nunca tinha reparado. Patrizia era como um raio de sol a iluminá-la desde o outro lado da sala. Teresa não desviou o olhar.

Ela simplesmente pergunta “Então finalmente descobriste”.

“Nunca pensaria que tu...” Teresa não termina a frase.

“As lésbicas não são todas iguais” surge a resposta lacónica de Patrizia. “Tens muitos preconceitos na tua cabeça”.

“Mas Franca é a minha melhor amiga. E é hetero. E depois?”

“Então, nada.” balbucia Teresa.

“Vens à Festa Techno comigo na próxima sexta? Só tu e eu?”

Patrizia olha fixamente para ela durante algum tempo, com um brilhozinho nos olhos que Teresa aprenderia a compreender mais tarde.

Sim, foi como tudo começou. Mas isso foi o final de uma longa história. Teresa relembra a história na sua cabeça.

As raparigas do 10º ano estão no pátio da escola, às risadinhas como sempre. A única de quem Teresa gosta é Patrizia, mas nem morta a apanhariam a admiti-lo. Pelo contrário, ela frequentemente atormenta Patrizia quando a encontra. “Então a menina enfiou-se novamente nos jeans superjustos e mergulhou a cara na caixa das pinturas?”

“Para com isso, Teresa, sai-me da frente. A tua presença não é bem-vinda aqui!”

“Não me importa mesmo nada, Patrizia, sabes disso.”

“Anda lá”, diz Franca “não prestes atenção ao que diz essa bruxa. Porque é que ela não te deixa em paz?”

“E tu, precisas mesmo de te meter?”, rosna Teresa. “É que és aquela que parece mesmo uma puta.”

“Desaparece Teresa, antes que eu perca a paciência!” A voz de Patrizia soa perigosamente calma. “Para com isso, guarda as tuas provocações para outra pessoa. Está bem?”

“Só estava a dizer-te como estás ridícula e como é absolutamente estúpida a tua conversa.” Teresa levanta a voz. “Ei, olhem para aqui, este rapaz não é simplesmente adorável? Ontem no pátio ele até sorriu para mim.” Ela volta ao seu tom

de voz normal. “Isto incomoda-te, não é?”

“Tens é ciúmes porque os rapazes não olham para ti”, diz Franca.

“Errado, Franca, só não quero desperdiçar a minha inteligência num rapaz, como tu e as outras raparigas fazem.”

“Então porque é que ainda estás aqui? Se os nossos padrões não servem para ti, desaparece”.

Patrízia empurra Teresa. Foi a última gota.

“Parem de lutar. Ficaram completamente loucas? Patrízia, Teresa, quero que se separem imediatamente!” A Sra. Gazzini mantém as raparigas separadas.

“Foi ela quem começou, é sempre ela”, diz Patrízia ofegante.

“Claro”, desdenha Teresa. “Sou sempre eu.”

“Patrízia está a dizer a verdade. Teresa devia deixar-nos em paz de uma vez por todas”, declara Franca e olha fixamente para a professora de matemática.

“Teresa, vens ter comigo depois da aula.” “Gostaria de te mostrar uma coisa. No meu gabinete, certo?”

Teresa gostou sempre da professora de matemática. Ela percebia a seu respeito algo em que mais ninguém tinha reparado.

“Gostas mesmo da Patrízia, não gostas?”

“Como pode imaginar uma coisa dessas?” Teresa sente que foi apanhada desprevenida.

“Fazes-me lembrar eu quando tinha a tua idade.” A Sra. Gazzini pisca-lhe o olho.

“A sério?” Teresa tenta ganhar tempo.

“Aqui estamos. Entra. Queres sentar-te?”

“Querias mostrar-me uma coisa?”

“Precisamente. Uma brochura acerca dos Jogos Gay – só um segundo.” A professora remexe numa gaveta por baixo da secretária. “Achei que, como gostas de desporto, poderias gostar de competir no próximo ano. Eles certamente precisarão de boas jogadoras de voleibol.”

“Ei, só um momento” Teresa olha diretamente para a professora “É lésbica?”

“Sim. Isso surpreende-te? Porque é que não vais ao Centro Gay e Lésbico, e tentas conhecer outras lésbicas? Andas sempre sozinha.”

“Só não quero que me olhem como um objeto sexual.”

“Quem é que te disse que as lésbicas são assim?”

“Toda a gente diz isso.”

“Então acreditas em tudo o que eles dizem. De qualquer modo, não é verdade. Os gays e as lésbicas têm muitos interesses. Criam grupos desportivos, encontram-se para passarem tempo juntos, por exemplo para discutir política – podes partilhar com eles aquilo que quiseres.”

“O voleibol é um bom ponto de partida.” Teresa vira a brochura de um lado para o outro nas mãos.

“Certo. Então vou dar-te a morada do Centro Gay e Lésbico. Tens Internet?”

“Claro.”

“Aqui estão alguns sítios na Internet que te podem interessar. Podes começar por estes e ir procurando a partir daí. Um colega acabou de me falar de um chat para jovens lésbicas e gays que deve ser muito bom. Vou escrever para levares. Assim podes ver o que se está a passar na vida real. Vais ver, ninguém te vai considerar um mero objeto sexual.”

“E a senhora? Também faz parte da cena?”

“Cena pode não ser a palavra certa. Tenho muitos amigos, lésbicas e gays, mas normalmente não vou a bares e clubes.”

“Estou a ver. Muito obrigada!”

“Fico feliz por ajudar. E diverte-te com o desporto.”



## Aconselhamento - Perguntas Frequentes

*Por favor, considere também as perguntas da secção “Educação”.*

### **Onde posso encontrar informação sobre apoio psicológico, autoajuda ou serviços de aconselhamento fornecidos pela comunidade LGBT na minha área?**

Pode encontrar muitas ligações na Internet; se usar um motor de busca encontrará muitos recursos na sua área. Se planeia encaminhar as pessoas a quem presta apoio para uma determinada instituição, é importante que esteja bem familiarizado com ela. Procure saber mais estabelecendo contacto pessoal com essa instituição em particular.

### **Como devo lidar com pessoas que têm uma opinião negativa acerca da comunidade LGBT?**

A comunidade gay e lésbica é mais do que um cliché. Quais são os interesses específicos da pessoa? Pode ser que tenha uma imagem negativa porque ainda não encontrou a estrutura de apoio de que anda à procura. Encoraje-a a continuar à procura e a explorar áreas e serviços novos da comunidade (*veja também a primeira questão na secção para o setor da educação*).

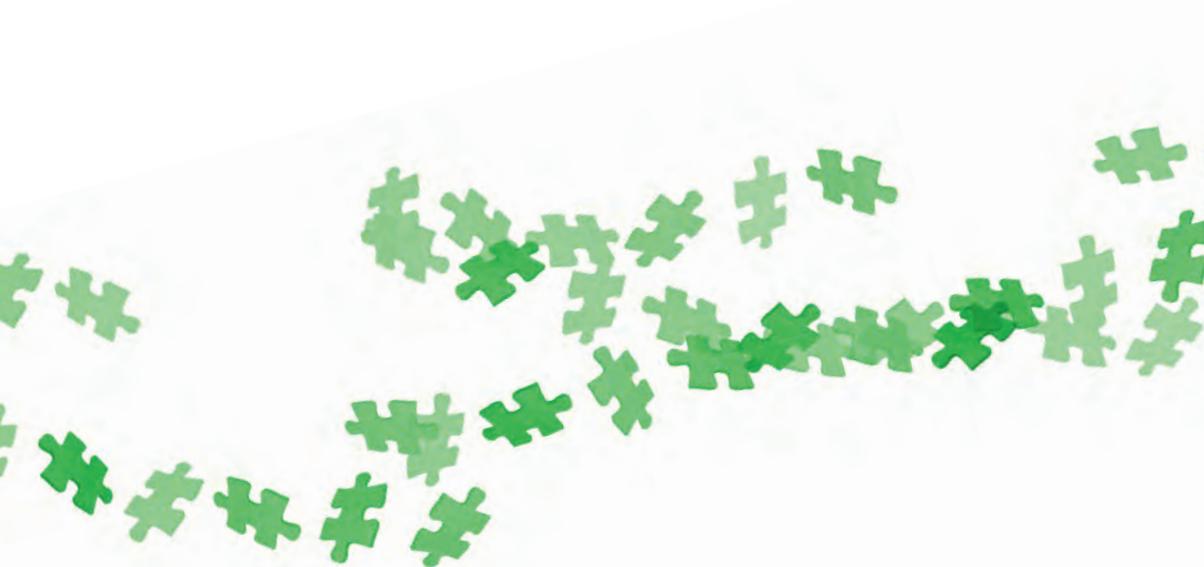
### **É sempre aconselhável recomendar a uma pessoa que se envolva com a comunidade LGBT?**

Geralmente a comunidade é muito prestável, mas pode haver situações em que a pessoa se deve concentrar em resolver os seus conflitos internos e/ou externos através de trabalho individual. Nestes casos, deve determinar se a pessoa irá beneficiar de psicoterapia individual ou de grupo e encaminhá-lo/a para um terapeuta ou outros recursos apropriados.

Para evitar desapontamento, a pessoa deve estar informada exatamente sobre o que vai encontrar e onde.

### **Como devo lidar com uma pessoa que tem receio da comunidade LGBT?**

Discuta as necessidades da pessoa em detalhe e trabalhe as diferentes formas de as satisfazer. Visitar a comunidade é apenas um meio de resolver problemas, e não é uma “panaceia”, nem “o caminho para a felicidade”. Pode levar tempo até que a pessoa encontre o lugar, a associação ou grupo certos que melhor vão de encontro às suas necessidades.



## Aconselhamento - Ferramentas

### Pense nas seguintes questões:

- Como pode ajudar a pessoa a lidar com o conflito e a usar os recursos disponíveis quando se sente isolado/a?
- Como pode ajudar a pessoa a lidar com o conflito e a usar os recursos disponíveis se ele/a está interessado/a em LGBT, mas tem algumas reservas em relação a isso?
- Que outras comunidades conhece para além da LGBT?
- As atividades/serviços oferecidos pela comunidade LGBT na sua cidade adequam-se ao contexto cultural e individual da pessoa a quem presta apoio?
- A que grupos específicos a pessoa pertence para além do homossexual (por exemplo, grupo religioso, étnico, desportivo, de género)?
- Existem na sua área grupos cujos membros pertençam simultaneamente a duas ou mais minorias (por exemplo, um grupo de turcos gays, judias lésbicas, etc.)?



## Uma Rede Social LGBT

*Objetivo:* ajudar a pessoa a meditar na sua posição dentro da rede social LGBT.

*Método:* tente descobrir que imagens a pessoa tem da comunidade gay e lésbica. Ela sente-se parte da comunidade? Porquê/Porque não? Ele/a associa a comunidade a imagens negativas? Ela encontra-se socialmente com outras pessoas LGBT fora da comunidade?

Note bem: tenha em conta que as pessoas LGBT oriundas de minorias étnicas geralmente não fazem parte da comunidade. Isto poderá ser porque temem sentir-se desconfortáveis ao estar numa posição em que são novamente a minoria. Também poderá ser devido ao preconceito e discriminação que se encontram dentro da comunidade.



# 8 História e Cultura

## Introdução

### Em primeiro lugar

Relacionamentos amorosos e sexuais entre homossexuais sempre existiram. Só a forma e as condições sob as quais foram e ainda são experienciados mudaram ao longo do tempo, dependendo do significado que cada cultura atribui à orientação sexual.

Hoje em dia, por exemplo, múltiplas identidades coexistem lado a lado e nem sempre podem ser classificadas usando um termo específico (por ex., lésbica, gay, bissexual, heterossexual, “queer”, transgénero, etc.)

Na história europeia, os homossexuais foram perseguidos durante muito tempo devido a preconceitos sociais. Esta perseguição foi inicialmente justificada com argumentos teológicos (“pecado”) e mais tarde com provas pseudo-científicas que conduziram a que a homossexualidade fosse rotulada como doença ou distúrbio mental. De facto, o termo “homossexualidade” foi introduzido no séc. XIX e transformou o “pecado” e/ou “crime” de homossexualidade (que, em alguns casos, acarretava a pena de morte) em doença.

Hoje em dia, a pesquisa científica provou que gays e lésbicas são tão saudáveis como os heterossexuais e que os seus problemas não derivam da sua orientação sexual mas da discriminação e da cultura do ambiente em que vivem.

A perseguição criminal de atos homossexuais foi abolida em todos os países europeus – inicialmente em França, no final do séc. XVIII, e nos restantes países no início do séc. XX. No final do séc. XIX, foram criadas muitas organizações políticas e sociais para homens e mulheres homossexuais. No séc. XX, o movimento de libertação das mulheres e o movimento gay e lésbico promoveram mais abertura em geral acerca da sexualidade livre de constrangimentos e contribuíram para a criação de uma identidade gay e lésbica positiva.

Vale a pena salientar que a história, como é contada nos livros, é dominada por homens e é por esta razão que conhecemos poucas figuras femininas e, especialmente, lésbicas. De facto, a baixa visibilidade das lésbicas é um dos tipos de discriminação específicos com que as mulheres lésbicas têm de lidar no quotidiano.

## Informação de base

Em períodos históricos específicos e em diferentes sociedades, relacionamentos entre pessoas do mesmo sexo assumiram muitas formas e significados diferentes. Algumas sociedades não falam, nem o faziam no passado, acerca da homossexualidade, mas fazem apenas a distinção entre sexo ativo e passivo, sendo este último desvalorizado. Este juízo de valor é baseado na divisão sexista tradicional entre papéis de gênero masculinos e femininos, sublinhando o elevado valor atribuído àquilo que é tradicionalmente associado aos homens em detrimento do que está associado às mulheres. Neste construto cultural, os homens apelidados de “passivos” são vistos como uma espécie de mulheres e, por isso, esta “efeminização” torna-os inferiores aos homens “ativos”.

Todas estas formas diferem bastante da “homossexualidade moderna”, isto é relacionamentos entre adultos do mesmo sexo que se identificam como gays ou lésbicas. Nestes relacionamentos “modernos”, o comportamento sexual e a divisão de tarefas são sujeitos a negociação e não são tradicionais.

### **Formas culturalmente aceites de relacionamentos entre pessoas do mesmo sexo**

Na Grécia antiga, relacionamentos entre pessoas do mesmo sexo eram aceites e encorajadas na condição de serem estabelecidos entre homens adultos e rapazes. Relacionamentos entre homens eram um meio de reforçar as regras e costumes do poder masculino, de transmitir conhecimento filosófico mas também de reforçar os laços pessoais entre guerreiros.

Os nativos americanos tinham um respeito especial pelos chamados ‘dois-espíritos’ ou ‘Berdaches’. Estas pessoas não eram consideradas nem homens nem mulheres. Eram normalmente especialistas reverenciados na medicina e nas artes.

“Berdachism” tinha uma dimensão mística e espiritual, enquanto na noção ocidental moderna da homossexualidade o cerne da identidade da pessoa é a orientação sexual. Algumas culturas nativas americanas consideram que a orientação sexual e a identidade de gênero não estão relacionadas. Outra conceção dos relacionamentos entre pessoas do mesmo sexo pode ser encontrada na religião indiana original, onde antes do surgimento da filosofia patriarcal atual, a aversão contra relacionamentos entre pessoas do mesmo sexo não existia. Até havia divindades homossexuais, como pode ser visto em esculturas de templos e livros de epopeias, poesia e literatura.

### **A influência de religiões monoteístas**

Em países onde as três maiores religiões monoteístas (Judaísmo, Cristianismo e Islamismo) sempre foram predominantes, a homossexualidade tem sido fortemente estigmatizada há milénios. Embora os relacionamentos entre pessoas do mesmo sexo sempre tenham existido na Europa e no Médio-Oriente ao longo da história, o Cristianismo sempre considerou o comportamento homossexual como ilegítimo.

Na Idade Média, por exemplo, as mulheres eram por vezes denunciadas como bruxas se fossem demasiado independentes, particularmente quando viviam com outras mulheres. Na Itália do séc. XVI, relações sexuais entre homens jovens eram muito comuns, enquanto o sexo com uma mulher antes do casamento era estritamente proibido. Nesses tempos, era muito comum os senhores, os serviçais e os amigos dormirem todos na mesma cama.

No séc. XIX, a abordagem científica à sexualidade transferiu parcialmente os relacionamentos entre pessoas do mesmo sexo do reino teológico para o médico.

Mesmo agora, as pessoas têm visões muito diferentes da homossexualidade. Ao lado de estilos de vida abertamente gays e lésbicos, existem outros. Por exemplo, na região do Mediterrâneo, as práticas homossexuais são muito comuns; no entanto não podem ser mencionadas publicamente. Em algumas culturas islâmicas, a atração por indivíduos do mesmo sexo é considerada como natural e muito sedutora. Desde que os Muçulmanos não revelem tal comportamento em público, muitas práticas homossexuais são permitidas, principalmente porque o sexo heterossexual antes do casamento é proibido. Apesar das afirmações de muitos ativistas fundamentalistas, a homossexualidade não pode de forma alguma ser vista como um romance ou um “Western”, ou um fenómeno “colonialista”.

## O que significa para mim?

O desenvolvimento histórico de costumes sexuais e afetivos (incluindo relacionamentos entre pessoas do mesmo sexo) podem ser um importante tópico de discussão tanto nas escolas como durante o aconselhamento. Compreender como as definições culturais e as identidades mudaram ao longo do tempo é importante. No entanto, este não é apenas um exercício filosófico: definições históricas e culturais ajudam a moldar o presente. Refletir acerca das mudanças no desenvolvimento histórico e social pode tornar os jovens mais conscientes das origens dos estilos de vida atuais. Pode ajudá-los a entender como algumas definições sociais se desenvolveram ao longo do tempo, e permite-lhes contextualizar comportamentos, normas e definições dentro de um dado período histórico e constatar que não há verdades absolutas, mas uma função do contexto histórico.

# Educação

## A ter em conta

A Historiografia não é uma ciência objetiva. A interpretação da História foi muitas vezes usada como um meio para promover ou impedir a mudança. Ao tornarmo-nos conscientes dos desenvolvimentos e influências históricos, podemos aprender a reconhecer como o presente foi moldado pelo passado e, desta forma, pode ser mais fácil encontrar os recursos para o alterar. O que pensa acerca disso?

Muitos especialistas acreditam que valores, ideais e costumes relacionados com a sexualidade e as diferenças entre homens e mulheres mudam ao longo do tempo e desempenham um papel importante no controlo social. Concorda?

Acredita que alguns desenvolvimentos históricos influenciaram a sua própria forma de ter experiências sexuais e relacionais? E a forma dos seus pais e avós? Que fatores limitaram ou incentivaram a sua autoconsciência acerca da identidade, papel de género e orientação sexual, sua e dos seus pais e avós? Quais destes aspetos gostaria de discutir com os seus alunos?

Sexualidade e homossexualidade são aspetos interessantes e controversos da nossa história social e cultural.

De que forma podem ser ocultados os aspetos históricos e sociais da homossexualidade e da sexualidade em geral?

Na sua opinião, o que é importante que os seus alunos aprendam com estas aulas?

# Educação - Perguntas Frequentes

*Por favor, considere também as questões para os conselheiros.*

## **Onde posso encontrar informação acerca de gays, lésbicas e bissexuais na história?**

Pode encontrar muita informação interessante na Internet em [www.gayhistory.com](http://www.gayhistory.com). O Serviço Internacional Gay e Lésbico de Arquivo e Informação ([www.homodok-laa.nl](http://www.homodok-laa.nl)) pode fornecer-lhe todo o tipo de informação específica. Confira, por favor, as ligações da Internet para o seu país listadas no Manual. Elas fornecer-lhe-ão um ponto de partida para uma exploração muito interessante e surpreendente.

## **Que figuras históricas eram homossexuais?**

Existiram muitas. Para mencionar algumas: Safo, Sócrates, Platão, Alexandre o Grande, Aristóteles, Rei David e Jonathan de Israel, os imperadores romanos Adriano e Trajano, Ricardo I (O Coração de Leão) de Inglaterra, Erasmo, Montezuma II dos Aztecas, Eduardo II de Inglaterra, Henry III (Rei da França e da Polónia), Jaime I de Inglaterra, Louis XIII de França, Karl XII da Suécia, Christina da Suécia, Peter I da Rússia, Frederic II da Prússia, Christian II da Dinamarca, o regente Guilherme D'Orange (mais tarde, Rei da Inglaterra), Alexander I da Rússia, Ludwig II da Baviera e o último imperador chinês Pu Yi.

No entanto, a homossexualidade da maioria destas figuras não foi historicamente relevante, já que os seus sentimentos ou relacionamentos homossexuais não fizeram deles próprios diferença para a história, e o mesmo serve para heterossexuais famosos na história. Ainda assim, muitos gays, lésbicas e bissexuais encaram estas figuras históricas como importantes figuras de referência positivas que lhes fortalecem a identidade e a auto estima.

## **Quanto deverei saber sobre os aspetos históricos e culturais da sexualidade para poder ensiná-los aos meus alunos?**

Não precisa de muita informação. O mais importante é saber e ser capaz de transmitir a variedade de emoções, valores, atitudes e práticas que existiram em diferentes tempos e lugares. Claro que ajuda ter alguns exemplos à mão. Também os alunos podem ajudá-lo/a a encontrá-los. Envolver os alunos num projeto de pesquisa acerca de figuras homossexuais contemporâneas é uma excelente forma de mostrar que, hoje em dia, a homossexualidade é uma característica visível e comum na vida de muitas pessoas que desempenham um papel proeminente nas suas comunidades.

## **O que aconteceu em Stonewall Inn?**

Um ponto de viragem histórico importante nos direitos dos gays foi a explosão de protestos em Stonewall Inn, um bar muito popular para gays, lésbicas e travestis em Christopher Street, na cidade de Nova Iorque. Este foi o primeiro caso de resistência organizada contra a perseguição e rusgas contínuas da polícia. O bar era regularmente alvo de rusgas e os gerentes e clientes eram insultados e presos pela polícia. A polícia fornecia muitas vezes os nomes dos presos à família e empregadores, o que expunha estas pessoas ao isolamento social e à perda do emprego. Durante uma rusga em junho de 1969, o gerente e os clientes revoltaram-se contra a polícia. No dia seguinte, o movimento gay em Nova Iorque organizou uma manifestação que culminou numa luta com a polícia e resultou em motins que duraram vários dias. Este evento é celebrado em muitos países com um desfile anual de gays e lésbicas designado Marcha Orgulho Gay ou, por vezes, "Christopher Street Day".

É extraordinário que a maioria das pessoas tenha esquecido que os primeiros a reagir foram um grupo de travestis, que incluía alguns afro-americanos.

## Educação - Ferramentas

### Histórias

*Objetivo:* consciencializar os adolescentes para a forma como foram educados a perceber a sexualidade.

*Método:* pergunte aos alunos como foram educados no que diz respeito à identidade e aos papéis em função do género, assim como à sexualidade. Pergunte-lhes também que informação – que considerem importante – não receberam e como compensaram essa situação. Uma abordagem alternativa poderá ser solicitar aos alunos que peçam aos pais e aos avós (ou quem quer que os tenha criado) informação sobre como eles (os membros da família ou quem cuidou deles) aprenderam sobre este assunto. Pergunte-lhes também que informação e valores eles queriam transmitir aos próprios filhos, com que dificuldades se confrontaram e se acham que foram bem-sucedidos.

Numa segunda fase, os alunos podem discutir que diferenças encontram entre as suas histórias.

Faça-os discutir acerca de conflitos que possam surgir entre educadores e alunos. Como foram resolvidos?

Outra atividade de desenvolvimento pode ser questionar os adolescentes sobre como tencionam lidar com estes tópicos com os seus próprios filhos. O que farão se os seus filhos tiverem opiniões que diverjam das deles? E se o/a filho/a deles for homossexual?

Note bem: tenha em atenção que o aluno pode sentir-se embaraçado ao revelar certos aspetos da vida privada, pessoal e familiar e, provavelmente, da sua orientação sexual. Para além disso, pais e avós que são entrevistados sobre temas como a sexualidade podem sentir-se pouco à vontade e podem entender as questões como uma provocação do elemento jovem da família, ou interferência indesejada da escola. Prepare os alunos antecipadamente para isto e certifique-se que eles não violam as fronteiras pessoais dos adultos.

## Heroínas e Heróis

**Objetivo:** explorar a importância de figuras históricas como figuras de referência para jovens gays e lésbicas.

**Método:** solicite aos alunos uma lista de figuras históricas famosas que eles consideram figuras de referência por alguma razão. Explore quais destas pessoas são importantes como exemplos de criatividade, independência, força, honestidade... Preste atenção às figuras de referência escolhidas por alunos minoritários e explore se esta escolha tem algo a ver com a condição deles.

De seguida, refira aos alunos que ter figuras de referência é especialmente importante para as minorias. Pergunte-lhes por que razão (sendo as minorias apreciadas marginalmente, figuras de referência e exemplos positivos ajudam a corrigir imagens negativas), e ajude-os a expressar as suas opiniões.

Estenda a discussão à homossexualidade, perguntando que figuras de referência são importantes para gays, lésbicas, bissexuais e transexuais (LGBTs). Pode também optar por discutir figuras históricas importantes para gays, lésbicas e bissexuais (ver Perguntas Frequentes), ou exemplos mais recentes como Virginia Woolf, Oscar Wilde, Marcel Proust, Freddy Mercury, Pedro Almodovar, etc. Alternativamente, pode mostrar uma imagem de uma figura de referência não europeia para gays, lésbicas e bissexuais, como Oum Khalsoum (cantora egípcia).

Note bem: dependendo do nível intelectual e do interesse dos seus alunos, pode enveredar por uma discussão mais pessoal sobre figuras de referência gays, lésbicas e bissexuais atuais (ex. estrelas pop) ou por uma discussão mais académica acerca da razão que leva gays, lésbicas e bissexuais a sentir a necessidade de ter mais conhecimento acerca de figuras históricas que testemunharam a presença homossexual ao longo da história.

Outra opção é analisar a representação de gays e lésbicas no cinema, mostrando um filme ou documentário (ver sugestões incluídas no Manual ou procurar listas de filmes sobre temas gays e lésbicos na Internet ou em associações para gays e lésbicas) e depois discutir o seu conteúdo com os adolescentes.

## UMA HISTÓRIA...

O meu amigo do grupo judeu de gays e lésbicas “Sjalhomo” é provavelmente a única pessoa com quem posso falar acerca disto,” pensa Aaron para si próprio enquanto se dirige para o centro de encontro. Os pensamentos na sua cabeça estão tão misturados que ele já não lhes consegue encontrar sentido. Ele gosta mesmo do seu professor, o Sr. Lanssen, que ensina as suas disciplinas favoritas: História, Filosofia e Neerlandês. Ele já pensou por várias vezes se a capacidade do professor de entender tantas coisas tem algo a ver com o facto de estar numa cadeira de rodas e por isso ter de combater constantemente estereótipos contra pessoas com deficiência. Desde que Aaron percebeu que era gay, começou a estar cada vez mais interessado em descobrir que figuras masculinas e femininas na história, filosofia e literatura eram homossexuais. Como é que o Sr. Lanssen podia passar à frente de algo tão crucial? Talvez fosse louco por dar à homossexualidade um papel tão importante na sua vida, mas tudo tinha mudado quando se apercebeu que era gay. Em muitos aspetos, os gays veem o mundo com outros olhos. Por isso, teve de saber se algum dos livres pensadores, defensores da liberdade ou grandes escritores tinha sido gay também. De qualquer modo, ninguém na escola alguma vez falou sobre isto. Sempre teve excelente em História e Filosofia, no entanto, nos últimos seis meses, distanciou-se mais e mais do estudo na sala de aula e dos seus colegas. Quando está sentado sozinho no seu quarto, não tem problemas em estudar, mas a sua assiduidade às aulas é agora quase nula.

...

“Aaron, tenho notado de há um tempo para cá que não tens participado nas aulas. Tens algum problema em casa, ou talvez problemas amorosos? Sempre fui honesto contigo. O que se passa?” “As minhas notas mantêm-se mesmo que não esteja satisfeito com a minha participação na aula?” Aaron olha para os sapatos, embaraçado.

“Claro que não. Como sei que alguma coisa te está a perturbar e que é por isso que estás tão calado, vou lançar-te um desafio. Prepara uma apresentação oral sobre um tópico de Filosofia ou História à tua escolha. Se conseguires fazer uma ótima apresentação, voltas para o caminho certo, ok?”

“Obrigada, Sr. Lanssen.”

Para ir para a universidade, tem de ter boas notas nos exames finais. Mas poderia ele arriscar incluir o tema de personalidades homossexuais famosas na sua apresentação oral?

E se o Sr. Lanssen não concordasse?

Aaron tem a certeza de que sempre houve gays e lésbicas ao longo da história, mas que estes casos passaram despercebidos. Ele só tinha de os encontrar!!

...

“Shalom, Aaron, pareces perdido em pensamentos!” Josef abraça-o com um grande sorriso. “Passa-se alguma coisa, meu amor?”

“Oh, Josef, tenho de fazer uma apresentação oral em frente à turma.” E depois Aaron conta-lhe toda a história.

Os outros elementos do grupo de gays judeus “Sjalhomo” aproximam-se, um a um, para o ouvir. “Tenho andado a pensar que mulheres famosas na história eram lésbicas. É importante saber e, para além disso, é entusiasmante,” comentou Yael.

“Já tentaste a Internet?” pergunta Dani, que procura sempre tudo na Net.

“Boa ideia,” disse Aaron. “Ajudas-me?”

“Já escrevi um ensaio bastante exaustivo sobre este tópico, Aaron. Afinal, sou estudante de Filosofia.”

Aaron vira-se e fixa Josef.

“Mas nunca me disseste!” exclama Aaron, surpreendido.

“Mas vale tarde que nunca,” brincou Josef. “Agora, Aaron, se queres passar a História e a Filosofia, sugiro que escolhas Erasmo. Nasceu em 1469 e viveu até 1536. Era um revolucionário no seu tempo e muito moderno como teólogo mas também como pedagogo. Basicamente, era muito mais humanista que teólogo e era famoso no seu tempo. Até lutou pelos direitos das mulheres. Promoveu o movimento de libertação a vários níveis. E o melhor é que era gay. Escolhe-o como tema do teu ensaio, Aaron. Vai ser fantástico, vais ver. Posso ajudar-te.”

“Está bem” disse Aaron com um sorriso.

“Sr. Lanssen, estou a preparar a minha apresentação e queria discutir o tópico consigo. Se tiver tempo, claro.”

“Fico feliz que tenhas aceite o meu desafio tão rapidamente. Qual é o tema do ensaio?”

“É essencialmente sobre Erasmo. O nome certamente lhe dirá algo.”

“Claro que sim. Erasmo é considerado o fundador do pensamento iluminista.”

“Já pensou que Erasmo talvez tenha tido um motivo muito pessoal para representar a escola de pensamento humanista?”

“Para ser honesto, não. Já pensaste nisso?”

“Sim, por isso é que o escolhi. Sabia que ele era gay?”

“Oh...! Não, não sabia disso. E achas que a homossexualidade dele desempenhou um papel relevante no seu pensamento?”

“Infelizmente é demasiado tarde para lhe perguntar – é só uma teoria. Mas é a base do meu ensaio.”

“É incomum e talvez te desperte o interesse pelas minhas aulas outra vez.”

“Sim, não queria mais manter a minha homossexualidade em segredo perante os outros.”

“Um motivo muito pessoal, então” diz o Sr. Lanssen com um sorriso. Mesmo que eu concorde com a tua escolha de tópico, Aaron, gostaria que tivesses em conta que, no tempo de Erasmo, a homossexualidade não era aceite e discutida como é agora, e certamente não era designada assim. É sempre muito complicado forçar uma definição em relação a alguém que já não pode dizer nada sobre isso. Vou aceitar o teu tópico com esta limitação, pode ser?”

“Vou ter de pensar um pouco sobre isso, então” responde Aaron.

“Posso dar uma vista de olhos naquilo que já escreveste?”

“A introdução já está terminada. A parte acerca de Erasmo ainda precisa de ser retocada. E a última parte será sobre a homossexualidade nos dias de hoje. É por isso que preciso de mais uma semana.”

“Está bem,” disse o Sr. Lanssen, quando começou a ler.

A História é como um campo de flores na primavera, cheia de memórias de viagens passadas e vivas que, do passado, querem contar uma história. Podemos sempre encontrar o que estamos à procura. Através dos séculos, milhões de histórias pessoais foram contadas e em muitas destas histórias as pessoas colocaram-se as mesmas questões acerca do amor e de serem amadas, do orgulho, de serem aceites ou perseguidas. Estes eventos já ocorreram muitas vezes, em alguma altura, em algum lugar...

Durante muito tempo, a Grécia antiga – pátria do antigo poeta Safo – era vista por gays, lésbicas e bissexuais como uma espécie de paraíso. Mas precisamente nessa altura da História, as leis de Atenas introduziram restrições à homossexualidade. A opinião pública achou que um homem deveria ter uma mulher e filhos.

Um relacionamento entre um homem e um rapaz era aceite desde que fizesse parte da educação do rapaz. Por vezes, este relacionamento era apaixonado, outras era por razões educativas. Mas para os amantes, o crescimento foi difícil.

As primeiras perseguições a homossexuais começaram com os primeiros Cristãos.

Durante o final do Império Romano, alguns imperadores sujeitavam os homens gays à castração; na Idade Média os homossexuais eram queimados vivos. Alguns exemplos de homossexualidade reapareceram no séc. XIX com o “amour courtois” (amor cortês), que não era limitado a sentimentos heterossexuais.

Apesar de não sabermos muito acerca dos aspetos homossexuais do “amour courtois”, sabemos que o Papa declarou que tais relações amorosas não eram para ser de natureza homossexual. Isto implica que havia na realidade romances cavaleirescos homossexuais.

Durante o Renascimento, alguns artistas expressaram os seus sentimentos homoeróticos mais visivelmente. Os escritos de Platão foram traduzidos. Embora a homossexualidade ainda fosse oficialmente proibida nesse tempo, alguns homens eram gays, incluindo Leonardo da Vinci. Com 24 anos, foi perseguido porque tinha um relacionamento com um rapaz de 17. Mais tarde, teve um relacionamento com o jovem Caprotti, que durou 25 anos.

Michelangelo orgulhava-se da sua identidade homossexual e o seu trabalho foi uma ode ao amor pelos homens.

“Mal posso esperar para ver como continua,” disse o Sr. Lanssen. “Vou acabar de o ler na próxima Sexta.”



# Aconselhamento

## A ter em conta

Todos nós vivemos em contextos culturais e históricos cujos valores determinam, pelo menos em parte, a nossa forma de pensar e os nossos sentimentos. A influência exercida pela história e pela cultura deve ser levada em conta e analisada, especialmente por aquelas profissões cuja ferramenta de trabalho primária é construir relacionamentos com as pessoas (ex. psicólogos, assistentes sociais, professores, médicos, etc.).

Tenha sempre em conta que a sua própria história pessoal tem influência na forma como se relaciona com as pessoas.

A que cultura específica pertence? Acredita que a sua cultura influencia o seu comportamento profissional? Como?

Mesmo as teorias científicas são sujeitas a mudanças históricas e culturais: por exemplo, até há poucas décadas, a psiquiatria, a psicologia e a psicanálise ignoravam ou não compreendiam a homossexualidade, até ao ponto de a considerarem como um distúrbio afetivo.

Com o passar do tempo, esta teoria foi descartada baseando-se na nova evidência produzida pela pesquisa científica que, por seu turno, foi estimulada por uma nova sensibilidade cultural emergente. De facto, homens e mulheres homossexuais foram parando gradualmente de se esconder e começaram a mostrar ao mundo a serenidade com que viviam os seus relacionamentos amorosos e afetivos. Este processo esteve todo ele ligado à luta pelos direitos humanos e ao respeito pela diversidade. Estas instâncias enfatizaram a necessidade de pesquisa científica mais rigorosa e sem preconceitos, alargaram a gama de resultados possíveis e, por fim, permitiram à ciência assumir que a homossexualidade é um dos resultados naturais e possíveis do desenvolvimento psicoafetivo dos seres humanos.

Nem sempre é fácil falar de sexualidade em aconselhamento, mas é muito importante encorajar as pessoas a considerar alguns pontos importantes, incluindo, por exemplo: o que é que lhe ensinaram acerca da homossexualidade na sua cultura? Havia homossexuais na sua comunidade? Como é que eles se exprimiam? Como é que isso se alterou com o passar dos anos?

Se tiver a oportunidade de trabalhar com pessoas oriundas de culturas diferentes da sua, ficará surpreendido com a quantidade de histórias diferentes e interessantes que existem no mundo.

Durante as sessões, poderá encontrar atitudes abertamente homofóbicas: certifique-se que escolhe cuidadosamente as suas reações e lembre-se que o respeito pela diversidade cultural não deve ser confundido com aceitação acrítica de muitas variações culturais de crime e injustiça. De qualquer modo, contrariar a homofobia numa determinada cultura não significa impor a nossa própria cultura “moderna”, mas antes fazer dos direitos humanos a pedra angular do seu sistema de valores pessoal e profissional e, basicamente, ajudar a pessoa a beneficiar de uma maior inclusão social. Em vez disso, quando detetar sinais de homofobia internalizada que não permitem à pessoa desfrutar de uma vida afetiva/sexual harmoniosa, lembre-se que tem o dever profissional de o/a ajudar a ultrapassar este obstáculo evolucionário e a atingir uma integração pessoal maior.

# Aconselhamento - Perguntas Frequentes

Por favor, considere também as questões para a secção “Educação”.

## Como lidar com diferenças culturais no aconselhamento a homossexuais?

É mais importante ser franco do que ter muito conhecimento. Um pouco de informação de base e conhecimento factual (por exemplo, usando as palavras “certas”) pode quebrar o gelo. Não tenha medo de admitir o que não sabe.

## É possível aconselhamento efetivo quando o conselheiro e a pessoa homossexual provêm de diferentes culturas?

Sim. Obviamente, a compreensão mútua será mais fácil se o conselheiro mostrar a essa pessoa que não vê a sua própria cultura como paradigma daquilo a que a pessoa se deve conformar, mas apenas como uma das muitas culturas diferentes possíveis. Essa pessoa sentir-se-á à vontade se se aperceber da curiosidade autêntica do conselheiro em relação aos significados, valores e costumes que estão enraizados na sua própria cultura. Isto normalmente reduz a necessidade da pessoa de se defender e, em vez disso, estimula o mesmo nível de curiosidade pelas diferenças do outro e da sociedade de acolhimento. Tenha em mente que a troca cultural é um jogo entusiasmante, que a natureza de todo o ser humano é caracterizada pela plasticidade e pela capacidade de aprender e se adaptar. A troca cultural é o principal motor para a evolução humana e todos nós tomamos parte dela, mesmo durante uma sessão de aconselhamento. Quando pensar que pode ser preferível encaminhar a pessoa para um colega especializado em questões gays/lésbicas, tente contactar as associações de gays e lésbicas da sua área e elas certamente lhe fornecerão uma lista de especialistas.

# Aconselhamento - Ferramentas

## Identificar mensagens históricas e culturais acerca da homossexualidade

*Objetivo:* explorar mensagens históricas e culturais acerca da homossexualidade que são relevantes para a situação pessoal da pessoa.

*Método:* dar à pessoa a quem presta apoio algo para ler acerca das visões da homossexualidade em diferentes momentos históricos e culturais. Perguntar-lhe que mensagens sobre a sexualidade e a homossexualidade recebeu em criança e adolescente. Explicar que o modo como os gays e as lésbicas se veem a si próprios e à sua identidade é influenciado pela sua própria história e cultura.

Compare isto com outra história que mostre uma visão diferente da homossexualidade (é particularmente útil se encontrar uma história acerca da cultura da pessoa em questão)..

Note bem: qualquer que seja o material que escolha, deve estar de algum modo ligado à situação atual da pessoa. Poderá dar exemplos de figuras de referência, poderá ajudar a flexibilizar opiniões rígidas ou promover a contextualização de normas heterossexuais que limitam as condições de vida, o pensamento ou o comportamento da pessoa.

## Uma árvore da família alargada

*Objetivo:* explorar mensagens históricas e culturais acerca da homossexualidade que são relevantes para a situação da pessoa.

*Método:* deixar a pessoa desenhar uma “árvore da família alargada” (com todas as pessoas que são afetivamente relevantes para ela) com estas questões:

## **O que posso fazer em casos de dupla ou múltipla discriminação (por ex., a pessoa é discriminada por ser gay e muçulmana)?**

Nestes casos, o objetivo deve ser ajudar a pessoa a integrar os aspetos contraditórios da sua identidade. Isto é possível se a pessoa compreender, com a sua ajuda, que antes de mais nada é um ser humano com o direito à vida, à liberdade e à segurança pessoal. Para além disso, tem o direito de viver livremente a sua orientação pessoal e perseguir a sua própria felicidade. Mesmo que essa pessoa viva numa cultura muito repressiva ou tenha uma baixa autoestima devido à homofobia e/ou ao racismo que enfrentou, certamente que vai vê-lo/a a si como aliado/a na busca do seu próprio bem-estar. Este trabalho, que pode demorar muito tempo, pode levar à criação de uma espécie de bi-culturalismo, uma integração orgânica nova e pessoal das suas “culturas”, o que lhe permite mover-se entre elas. A capacidade de usar múltiplos códigos culturais permite à pessoa usar os recursos de cada cultura de acordo com as suas necessidades. Definitivamente, a cultura não é algo inalterável; na realidade, está constantemente a alterar-se, a ajustar-se, a miscigenar-se e a sintetizar-se.

## **Como lido com a questão da sexualidade com indivíduos que têm um sentido forte de decência?**

Lidar com a sexualidade significa lidar com a esfera mais íntima das pessoas. Terá de construir uma boa aliança com referência ao processo em curso. Um bom método consiste em deixar a pessoa colocar-lhe questões sobre o que lhe interessa mais, em vez de lhe perguntar a ela. Se realmente for necessário colocar-lhe questões, deverá fazê-lo de uma forma menos direta, dando sempre à pessoa a oportunidade de declarar que não quer responder. Em casos particulares, pode convidar a pessoa a escrever acerca da sexualidade em vez de falar sobre isso. Esta demonstração de respeito irá certamente encorajar uma construção gradual de confiança e harmonia.

1. Qual é a relação com a pessoa ou como se relacionam?
2. De onde vêm, onde nasceram?
3. Quais destas pessoas desempenharam um papel importante na sua evolução pessoal e sexual?
4. Quais destas pessoas lhe transmitiram mensagens acerca da homossexualidade? Que tipo de mensagens?
5. Quais delas o/a apoiam?
6. Como lida com pessoas, se as há, que não o/a apoiam ou têm uma atitude negativa?
7. Como pode acrescentar mais pessoas que o vão apoiar à sua árvore de família alargada?

Note bem: este exercício pode demorar várias sessões.

Não pressione as pessoas a responder às três últimas questões, se elas não estiverem psicologicamente prontas para isso. Muitos imigrantes homossexuais sentirão tal lealdade pela sua rede social atual que lhes pode ser difícil imaginar escolhas alternativas. Em alguns casos, assumir-se perante a família pode ter despoletado uma crise ou criado um fosso com alguns elementos da família, daí que deva proceder com precaução.

## **Sugestões para comunicação intercultural**

- Pode ganhar a confiança das pessoas mostrando-lhes que está interessado/a na família delas e que não faz juízos de valor. Muitas culturas depositam uma grande importância nos laços familiares.
- Seja honesto/a acerca da falta de conhecimento das tradições e costumes de uma cultura específica, e solicite informação sem depreciar o que a pessoa lhe diz.
- Tenha consciência que, em algumas culturas hierárquicas, os conselheiros são figuras prestigiadas e de autoridade.

# 9 Religiões

## Introdução

### Em primeiro lugar

É comumente aceito que todas as religiões são contra a homossexualidade. Embora os textos de algumas confissões pareçam condenar a homossexualidade, na prática os oponentes mais intransigentes à homossexualidade são maioritariamente fundamentalistas e outros crentes tradicionalistas.

Muitos textos religiosos denunciam formas específicas de comportamento masculino homossexual. O comportamento lésbico, no entanto, raramente é mencionado. Isto está associado à dessexualização das lésbicas que é parte de um preconceito específico contra a homossexualidade feminina (de acordo com a noção sexista de que “o que as mulheres fazem não interessa”!!).

Gays, lésbicas e bissexuais têm frequentemente problemas com a sua Igreja ou com as crenças religiosas quando se tornam adultos. No entanto, muitos mantêm as crenças religiosas embora deixem de participar em práticas oficiais e da comunidade, devido à discriminação verbal e prática da hierarquia institucional.



# Informação de base

## A atitude das Igrejas Cristãs relativamente à homossexualidade

Nas suas declarações oficiais, a Igreja Católica Romana condena a homossexualidade. De acordo com a Igreja, os atos homossexuais contradizem o verdadeiro significado da sexualidade, isto é, a procriação. Neste ponto, a moral católica ainda é fortemente influenciada pela noção de natureza e “natural”, que foi totalmente desenvolvida no séc. XIX.

O Catecismo atual da Igreja Católica determina que há uma predisposição para a homossexualidade que não é alterável. Deste ponto de vista, supostamente dever-se-á considerar as pessoas que têm esta “disposição desordenada” com “respeito e sensibilidade”. No entanto, o comportamento homossexual per se ainda é condenado como um pecado grave.

Os homossexuais deveriam – “talvez através de uma amizade altruísta (isto é, não sexual)” – viver em abstinência sexual.

No passado, algumas Igrejas Protestantes na Europa Ocidental e do Norte iniciaram um debate sobre a questão de como lidar com e fazer o acompanhamento pastoral de pessoas gays e lésbicas. Alguns setores da Igreja Protestante (incluindo um ramo Americano da Igreja Anglicana) são muito liberais e permitem a nomeação de sacerdotes gays e lésbicas e a bênção de uniões entre pessoas do mesmo sexo.

No entanto, há também as chamadas Igrejas Evangélicas Livres e paróquias que defendem uma posição fortemente conservadora semelhante à da Igreja Católica Romana.

Em ambas as confissões Católica e Protestante, há também indivíduos, grupos ou orientações teológicas que não estão de acordo com as posições e declarações oficiais e têm uma abordagem mais conservadora ou mais liberal (ex. teologia da libertação). Deve ser-se por isso muito cuidadoso ao julgar uma Igreja e a diversidade dentro da instituição deve ser tida em conta.

## A atitude perante a homossexualidade no Judaísmo

No Judaísmo, como nas religiões Cristãs, há uma grande divisão entre Ortodoxos e movimentos liberais relativamente à homossexualidade. O Judaísmo Ortodoxo geralmente proíbe a homossexualidade, com base na condenação supostamente expressa em Leviticus 18:22 e na história de Sodoma e Gomorra. No entanto, não é claro se se trata da condenação da homossexualidade como tal: alguns comentadores discutem que a proibição se refere apenas à prostituição, violação ou relações sexuais com homens e mulheres ao mesmo tempo. Alguns Judeus americanos e israelitas contestaram, mesmo dentro de movimentos ortodoxos, a interpretação oficial dos textos supracitados.

Sinagogas reformadas são geralmente mais liberais acerca da homossexualidade e alguns rabis europeus da Reforma oficializam agora cerimónias de união entre pessoas do mesmo sexo (alguns são eles próprios assumidamente gays e lésbicas).

## A atitude do Islão perante a homossexualidade

Embora as leis islâmicas condenem a homossexualidade, há muitas alusões a homoerotismo masculino na literatura islâmica. Contacto corporal entre pessoas do mesmo sexo (dar as mãos e beijar-se em público), normalmente mal-entendido pelos estrangeiros como sinal de orientação homossexual, é um comportamento comum e mais provavelmente o resultado de segregação de género que leva as pessoas a virarem-se para o próprio género quando o outro não pode ser muito facilmente alcançado. Devido a restrições sociais mais fortes, as mulheres raramente falam acerca da sexualidade em público e há muito poucas fontes históricas acerca da sexualidade feminina.

As visões islâmicas ortodoxas acerca da homossexualidade são maioritariamente negativas. Condenam-na abertamente e contêm declarações ameaçadoras contra este “grande pecado” que tem de ser castigado. No entanto, o Corão também pode ser interpretado de uma forma mais liberal. Baseando-nos no texto, a condenação do amor homossexual, a ideia que é abraçada e promovida por muitos, não pode ser justificada.

O Hadith, por seu lado, tem uma posição mais aberta para com a homossexualidade. Consiste numa coleção de histórias, algumas das quais atribuídas a Maomé.

A Lei Islâmica (Sharia/ fiqh) levanta uma questão importante. A maioria das Escolas do Direito islâmicas estipula a pena de morte para relações anais entre homens (liwat). A legislação islâmica, pelo menos o Código Penal, não tem necessariamente um valor religioso para os muçulmanos, porque foi escrito por homens e não por Deus. Este argumento poderá ajudar alguns muçulmanos gays e lésbicas a reconciliarem a sua orientação sexual com as suas crenças religiosas.

## Hinduismo

A cultura Indiana é marcada por fortes divisões sociais. O comportamento social é definido por aquilo que cada um pode e tem de fazer dentro dos limites da sua respetiva casta. Praticamente ninguém está autorizado a desviar-se da norma. Uma ordem patriarcal e heterossexista e predominante em todas as classes sociais e castas, embora esta ordem esteja a ser lentamente desgastada nos centros urbanos. Mesmo no Kama Sutra, um texto indiano antigo sobre o comportamento sexual humano, as práticas homossexuais estão claramente classificadas numa posição inferior às heterossexuais. Deveria ser salientado que a corrente dominante do Hinduismo atribui a sexualidade ao reino de Maya, isto é, o mundo das aparências e ilusões, e por isso de valor inferior. O tantrismo, no entanto, oferece perspetivas diferentes.

## Budismo

O principal objetivo do Budismo é libertar as pessoas da dependência. Quanto menos sexo uma pessoa pratica, menos depende do mundo e é, por isso, mais livre está de descobrir a sua verdade interior. Mas este caminho para a verdade interior é baseado na escolha individual. As únicas prescrições relativamente ao sexo são exclusivamente direcionadas aos monges. As recomendações principais, o princípio ético base é que não se deve magoar os outros e isto também se aplica à homossexualidade.

No Cânone Pali, o texto sagrado budista, a homossexualidade entre monges é condenada, mas não tematizada como tal.

## O que significa para mim?

A Religião é um aspeto importante do sistema de valores e do contexto cultural de uma pessoa. Normalmente, a identidade religiosa já está formada antes de a pessoa ter consciência da sua orientação sexual. Por isso, a fé é um aspeto fulcral da personalidade.

Os oradores religiosos apresentam, por vezes, visões unilaterais da religião e do significado dos textos sagrados – incluindo acerca da sexualidade – e isto contribui para criar a homofobia social e internalizada. Um possível contra-argumento é representado pelo facto de os direitos humanos constitucionalmente garantidos incluírem o direito de desenvolver livre e plenamente a própria personalidade, incluindo a orientação sexual.

No aconselhamento e na escola (ou mais generalizadamente na educação), é importante apresentar os diferentes pontos de vista e explorar o que a religião significa para os jovens a um nível pessoal.

É sempre útil ajudar alguém a desenvolver uma compreensão mais clara dos seus sentimentos. Especialmente quando os adolescentes vivem em ambientes que condenam moralmente a homossexualidade, precisam de ser apoiados e aconselhados a reconhecer as suas necessidades e a distinguir visões estritamente religiosas de normas sociais e culturais. Se tomarem uma posição que condene a homossexualidade, é importante lembrar-lhes que o respeito pela diversidade é uma virtude humana chave que é a pedra angular da sociedade civilizada. Tente perceber como lidar com diferentes pontos de vista acerca de normas e valores, ajude os adolescentes a desenvolver o seu próprio código ético e a não se limitarem a cumprir as regras impostas pelos outros.

# Educação

## A ter em conta

A Fé toma muitas formas diferentes na crença religiosa. Em todas as religiões há fundamentalistas que acreditam que os textos sagrados apresentam instruções precisas para viver uma vida justa em todas as épocas. Inversamente, outros têm em conta o facto de aqueles textos refletirem as ideias, opiniões e julgamentos morais da época em que foram escritos. Grupos mais liberais colocam grande ênfase na responsabilidade pessoal para a definição de comportamento “decente” e “indecente”. Tal diversidade de visões está refletida na variedade de abordagens para o ensino de cada religião. Os fundamentalistas (e “conservadores” em geral) tendem a ensinar a religião de uma forma dogmática que exclui a interpretação pessoal e sem qualquer ajustamento às condições culturais e sociais em mudança. Grupos mais liberais aceitam o princípio da liberdade e responsabilidade pessoal e, por vezes, até criticam o papel dos padres, pastores, rabis e imãs que acreditam ter o direito/dever de dizer aos outros o que é certo e o que é errado. A maioria das pessoas tentam encontrar o seu próprio caminho entre estes extremos, um que incorpore as regras das Sagradas Escrituras nas normas culturais e religiosas, enquanto ao mesmo tempo toma em consideração as orientações pessoais.

Onde se colocaria neste processo? Onde pensa que os seus alunos se colocariam? O que implica isto no seu relacionamento com os adolescentes? Qual é a sua visão da homossexualidade? Qual é a atitude para com alunos que não concordam consigo nestes assuntos?

Note que, em muitas religiões, os crentes têm diferentes opiniões sobre muitas questões morais (por ex., sobre guerra e paz, proteção ambiental, tratamento de refugiados, etc.), mesmo no seio de grupos mais tradicionalistas. Geralmente, quando se lida com estes tópicos, as pessoas mostram diferentes graus de aceitação das opiniões dos outros. Porque é que então há menos aceitação quando as visões diferentes têm a ver com a sexualidade?

## Educação - Perguntas Frequentes

*Por favor, considere também as questões para os conselheiros.*

### **O que diz a Bíblia acerca da homossexualidade?**

A resposta a esta questão depende da interpretação da Bíblia e na forma como cada um a compreende. Duas interpretações da Bíblia tornaram-se populares com o passar do tempo. A primeira tem em conta o contexto histórico, cultural e religioso no qual a Bíblia foi escrita. Nem todas as proibições e normas das Sagradas Escrituras são consideradas relevantes hoje em dia: por exemplo, a proibição de usar roupas feitas de mistura de fibras (Lev 19,19) ou várias regras implicando sacrifícios de animais. Isto mostra que a evolução social influencia e ultrapassa as interpretações rígidas dos textos sagrados. Por outro lado, a interpretação ortodoxa considera cada verso da Bíblia “literalmente” e requer conformidade fiel, independentemente da mudança social; o importante é que a interpretação coincida com a ideologia tradicional e ajude a fortalecer a perceção conservadora do mundo.

Para além das tradicionais interpretações, há que dizer que é, em princípio, problemático procurar pistas sobre estes tópicos na Bíblia, porque a palavra “homossexualidade” e o seu significado datam de tempos modernos. O construto teórico da identidade sexual não foi utilizado quando a Bíblia foi escrita, enquanto hoje em dia é o esteio para qualquer conceito de homossexualidade.

### **O que diz o Corão acerca da homossexualidade?**

Ao contrário da crença comum, o Corão não é um “livro de leis”. Neste “livro sagrado” não há menção à “homossexualidade” e também nenhuma palavra para homens e mulheres que se sentem atraídos ou têm relações sexuais com pessoas do mesmo género. No entanto, muitos académicos e leigos estão convencidos que o Corão condena e proíbe claramente a homossexualidade. Para provar este ponto, a história de Lot (árabe: Lût) e o seu povo é muitas vezes citada (esta história também aparece na Bíblia, nomeadamente como a história de Sodoma), mas esta história condena o insulto, a violação, a injustiça e a violação do direito à hospitalidade, e não as relações anais, que são automaticamente associadas à homossexualidade. O tema da história não é sexualidade ou homossexualidade, nem é amor e relacionamentos. Daí que esta história não possa ser usada para condenar a homossexualidade.

De todo o modo, o Corão não menciona explicitamente o sexo ou a homossexualidade, a pederastia ou as relações anais. Os homens acusados são casados e não podem ser comparados aos gays e lésbicas, como os entendemos nos dias de hoje.

### **Como devo lidar com o preconceito religioso na minha aula?**

Explique que há uma grande variedade de religiões, cada uma das quais incluindo uma vasta variedade de crenças e atitudes desde as ortodoxas às menos conservadoras crenças liberais, estando os liberais e os fundamentalistas em cada um dos extremos opostos. Inicie uma discussão de grupo acerca da diversidade. Promova um comportamento mutuamente respeitador entre os alunos e encoraje a autorreflexão e o diálogo.

## Educação - Ferramentas

### Uma carta para Christina

*Objetivo:* iniciar a discussão acerca da relação entre a homossexualidade e a Igreja Católica (por exemplo) e promover a empatia.

*Método:* conte aos alunos a seguinte história. "Christina é católica e profundamente religiosa. Ao mesmo tempo, sente-se muito atraída por mulheres. Recentemente, apaixonou-se por Charlotte e agora não tem mais dúvidas acerca dos seus sentimentos. Mas acha muito difícil combinar estes sentimentos com a sua religião e teme a reação dos pais e dos amigos."

Solicite então aos alunos para escreverem uma carta a Christina, onde eles tentarão expressar livremente as suas ideias e emoções.

Depois continue a história contando que Christina escreveu uma carta anónima para a coluna do leitor de uma revista nacional: "Os meus pais e a minha própria Igreja condenam os relacionamentos entre lésbicas. Mas li que em algumas Igrejas Protestantes, as lésbicas podem casar. Estou confusa. Quem tem razão? E o que devo fazer?"

Solicite agora aos alunos para escreverem outra carta, tentando imaginar que estão a oferecer ajuda e novas ideias a Christina. Abra o debate sobre as opiniões e sentimentos suscitados com este exercício.

Note bem: os alunos irão provavelmente dar vários tipos diferentes de conselhos a Christina, desde a negação à aceitação dos sentimentos dela. Incida sobre as cartas dos alunos. Discuta as opiniões deles acerca da relação entre religião e intolerância cultural e social. Este exercício funcionará melhor em grupos multirreligiosos.

### Aceitar os outros

*Objetivo:* encorajar o respeito mútuo e a aceitação num contexto religioso.

*Método:* comece por explicar aos alunos que o conceito de "amor ao

próximo” é importante em todas as religiões mundiais. Pergunte-lhes primeiro se eles partilham deste valor. Em caso afirmativo, convide-os a discutir como aplicar este conceito a gays, lésbicas, bissexuais e transexuais.

Note bem: aconselha-se que conheça os argumentos e os contra-argumentos que os alunos podem usar na discussão (por exemplo, amar o próximo pode implicar não o deixar cometer pecados; neste caso, pode responder que amar o próximo não deveria limitar a sua liberdade de escolha). Não permita que a discussão se limite a textos ou regras religiosos. Em vez disso, incida nos aspetos espirituais e amorosos da religião.

É importante tratar os alunos com equidade nesta discussão e evitar ‘dar sermões’ sobre a tolerância.

Pode acontecer que os alunos reconheçam a importância de respeitar e aceitar os outros, em princípio, enquanto ao mesmo tempo ainda têm sentimentos negativos para com a homossexualidade. Neste caso, aceite os sentimentos deles e explore a forma de lidarem com eles.

## **A “Cura”**

*Objetivo:* explorar o mito que a homossexualidade pode ser “curada”.

*Método:* comece por contar aos alunos que alguns Cristãos fundamentalistas acham que a homossexualidade é um distúrbio mental que pode ser “curado”. Pergunte-lhes o que acham desta ideia. Peça-lhes para procurarem este tópico na Internet e para procurarem informação sobre alegadas “terapias” para a homossexualidade; peça-lhes também para escreverem um trabalho sobre as suas descobertas (se usar o termo de pesquisa “cura para gays” na Internet, irá encontrar uma série de debates recentes sobre esta questão).

Note bem: use este exercício tendo em conta que corre o risco de expor os alunos a propaganda antigay. Faculte aos alunos a informação correta relativamente às alegadas “curas” para a homossexualidade, clarificando que não é possível guiar a orientação sexual, emocional e amorosa de um homossexual em direção à heterossexualidade.

# UMA HISTÓRIA...



<Teresa> Estamos a falar de religião hoje?

<Aaron> Sim, é esse o tópico.

<Almira> Acho ótimo que tenham escolhido este tópico!

<Julie> Antes de começarmos – e também porque faz parte do tópico: qual de vós quer ir ao próximo Orgulho Gay Europeu?

<Koray> Se nos contares do que se trata, posso pensar nisso...

<Julie> Gays e lésbicas de toda a Europa encontram-se no espírito da Marcha do Orgulho Gay e organizam uma semana intercultural sobre diferentes assuntos. Um deles pode ser a religião, acho eu. Mas não quero lá ir sem vocês.

<Koray> Queres dizer que podemos preparar um tópico e depois organizar juntos um evento lá?

<Julie> Isso mesmo.

<Aaron> Através da Internet, sem nos conhecermos?

<Almira> Eu não tenho a sensação de que não vos conheço. Pensa na Elsa e na Chloé – afinal elas conheceram-se no chat.

<Aaron> Certo, contem comigo. Então, quem começa?

<Kristin> Eu venho de uma família Cristã muito religiosa. Acho que é por isso que nunca encontrei a coragem de contar aos meus pais que sou lésbica.

<Koray> O que aconteceria?

<Kristin> Não faço ideia. Os Cristãos ortodoxos recusam a homossexualidade.

<Julie> Os meus pais acham que Deus deve ter tido uma razão quando criou a homossexualidade. Eles acham que tudo foi criado por Deus e por isso aceitam mais ou menos.

<Kristin> Ok, mas Deus também permitiu o mal, diriam os meus pais. O adultério, por exemplo, é proibido, assim como o homicídio.

<Julie> De qualquer modo, a homossexualidade não é proibida pelos Dez Mandamentos.

<Kristin> You ter que falar nisso na HuK. Bom argumento, Julie!

<Aaron> O que é a HuK?

<Kristin> A organização Homosexuelle und Kirche (Homossexuais e a Igreja). Já estive lá algumas vezes. São pessoas simpáticas. Lutam pelos direitos iguais. Defendem, por exemplo, que Jesus nunca disse nada especificamente acerca da homossexualidade. Nem num sentido positivo nem negativo. Eles também dizem que, por exemplo, S. Paulo não pode ter falado de homossexualidade porque o conceito de homossexualidade só apareceu no séc. XIX. De qualquer modo, eles apoiam a liberdade de escolha. ;-)

<Koray> Parece justo.

<Kristin> Certo, mas os Cristão ortodoxos interpretam isso de forma diferente, claro.

<Koray> Os meus pais também não sabem que eu sou gay – mas para mim isso não é muito importante, e depois eu tenho outros problemas que são muito piores.

<Aaron> Têm alguma coisa a ver com a religião?

<Koray> É mais acerca do comportamento dos não muçulmanos homossexuais para connosco, homossexuais muçulmanos, e também a reação de todo o mundo muçulmano para com a homossexualidade.

<Aaron> Isso significa que não pertences a nenhum desses grupos?

<Koray> Sim, é a forma como eu vejo isso. Imagina que conheces um homem gay não muçulmano e que lhe dizes que és muçulmano. Ele ficaria baralhado e responderia “Isso não pode ser: ou és gay ou muçulmano”.

<Kristin> Porquê?

<Koray> Receio que aconteça o mesmo por todo o mundo. Na Áustria, de qualquer modo, em primeiro lugar sou um estrangeiro, pelo que nunca poderia ser gay. É a forma como muitas pessoas veem isto na comunidade gay. Se acrescentar a tudo isto que sou muçulmano, já está: nenhum homem gay olhará alguma vez para mim.

<Aaron> Sim, compreendo. Há estereótipos terríveis em todo o lado, mesmo na comunidade gay e lésbica, certo?

<Koray> Não sei como é convosco judeus. Com os Cristãos, em todo o caso, tenho a

impressão que a família não é assim tão importante. Por isso é que para a maioria dos Cristãos assumir-se não é tão difícil. Mas a minha família é realmente muito importante para mim e eu para eles. Os laços sociais são simplesmente demasiado fortes e importantes para todos nós, principalmente porque crescemos numa cultura de acolhimento e acho que é assim que deve ser: as famílias devam ficar sempre juntas.

<Aaron> Koray: nunca subestimes uma mãe idiche ;-). Falamos acerca disso mais tarde. O que queres fazer acerca disso?

<Koray> Acho que a minha família é mais importante do que a comunidade gay mais simpática (não é nada de pessoal contra ti). Provavelmente casar-me-ei e ainda mantereirei os meus parceiros. Diz-nos, Aaron, o que vai acontecer com a tua mãe idiche?

<Aaron> É difícil ignorar as mães idiches. Há este síndrome da superproteção. Elas querem sempre o melhor para os seus filhos. É difícil contradizê-la. Mas voltemos a ti, Koray, não há nenhum grupo gay muçulmano perto de ti? Certamente que não és o único!

<Koray> Não, claro que não sou o único. Mas acho que não há nenhuma organização dessas aqui.

<Aaron> Um amigo na Alemanha contou-me que é um ativista no grupo Türk-Gay (Gays Turcos) – confirma na Internet – eles têm o seu próprio sítio na Internet.

<Koray> Boa ideia, obrigado.

<Almira> Também sou muçulmana, mas sou uma bósnia muçulmana. No Kosovo, para onde estou prestes a ser deportada, provavelmente terei de usar um lenço islâmico e casar. Ser homossexual lá pode significar a morte.

<Koray> Oh céus, então é melhor ficares aqui, não achas?

<Almira> Sim. Os meus pais sabem agora que sou lésbica. No início, também eu estava convencida que eles me iam renegar, mas não o fizeram, Koray. Talvez o teu medo seja um pouco exagerado?

<Koray> Vou falar com estas pessoas do grupo “Türk-Gay” e mantenho-te informada, ok?

<Julie> Ok, Koray. Vais ao Orgulho Gay Europeu no próximo ano?

<Koray> Vou ver isso, Aaron, agora conta-nos alguma coisa, é a tua vez.

<Aaron> Vou contar aos meus pais e também acho que eles vão entender. Para mim é importante ser capaz de confiar neles e eles em mim. Manter segredo teria consequências terríveis a longo prazo. Nenhum deles quereria isso. E o facto de ser judeu não é uma questão de nacionalidade. Só para clarificar. Alguns no nosso grupo de gays e lésbicas são religiosos, outros não. Mas ainda somos judeus, porque os nossos pais são judeus.

<Kristin> Queres dizer algo acerca da homossexualidade e a fé, de qualquer modo?

<Aaron> Claro. Pessoas ortodoxas de qualquer religião são contra a homossexualidade, acho eu. As três religiões monoteístas não são nada diferentes. Mas no mundo judeu há uma corrente muito forte liberal/progressista, que envolve cerca de 60% ou talvez mais de todos os judeus.

Acho que o mesmo se passa com os cristãos e espero que haja uma evolução semelhante no Islão. Mas não sou um grande especialista noutras religiões, como disse há pouco, por isso acho que será melhor se os outros disserem alguma coisa acerca disso, porque eu só posso falar no que se passa no judaísmo, certo?

<Kristin> Claro, gostaria de me focar nos movimentos cristãos liberais, posso? Também li algo acerca de movimentos liberais muçulmanos. Muitas feministas muçulmanas estão a lutar por valores liberais.

<Aaron> Obrigada, Kristin. Para além do facto de homens e mulheres terem direitos iguais no judaísmo liberal, também há uma grande abertura no que respeita a homossexualidade. Em Nova Iorque, por exemplo, há comunidades LGBT com 3,000 membros.

<Julie> Uau, isso é ótimo!

<Aaron> Sim, e em Londres há uma escola onde são formados apenas homens e mulheres rabis que não têm problemas com a homossexualidade. Eles submetem-se a um processo de seleção muito rigoroso antes de serem admitidos.

<Almira> Parece fantástico. Contas-nos acerca disso no nosso grande evento no próximo Orgulho Gay Europeu?

<Aaron> Adorava, lá estarei.



# Aconselhamento

## A ter em conta

### Saúde Física

Algumas pessoas acham que os conselheiros se deviam distanciar das suas próprias convicções religiosas. O que acha? Esta ‘objetividade’ é possível para si?

Se um conselheiro condenar tacitamente a posição moral da pessoa que o procura, como poderá isto afetar a sua capacidade de ouvir essa pessoa? Até que ponto acha que as suas convicções religiosas influenciam o seu comportamento em relação àqueles que procuram o seu apoio? Por exemplo, acha que é possível ou aceitável aconselhar alguém a abster-se totalmente de ter relações sexuais?

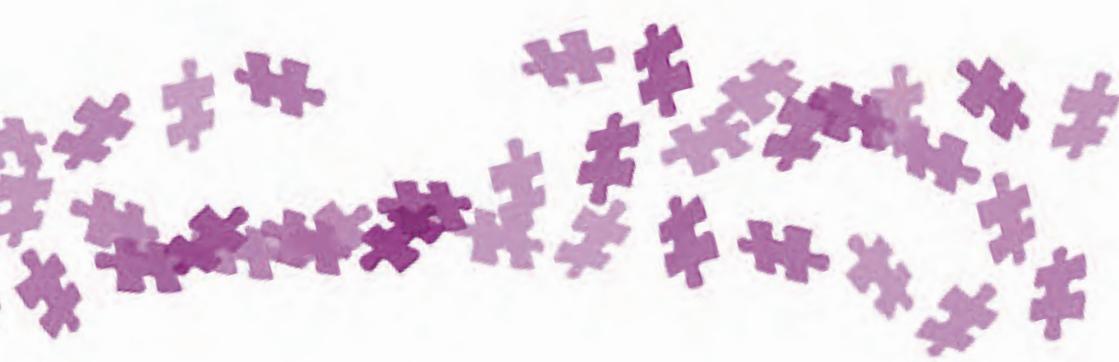
Se for médico/a, será certamente visto como uma figura de autoridade e pode ter um impacto psicológico forte num jovem. Apesar de poder achar que isto não é muito relevante porque está essencialmente focado na saúde física, a sua influência é provavelmente maior do que pensa. Considere, por exemplo, como reage a questões de sexo seguro em geral e, em particular, com gays e lésbicas. É importante para si estar consciente do seu próprio contexto religioso e de como a religião afeta a sua própria moralidade, mesmo que esteja “só” a tratar a saúde física das pessoas.

### Saúde Mental

À medida que crescemos, a religião torna-se parte do nosso código moral; o seu papel é ajudar-nos a distinguir entre o que devemos e não devemos fazer. Quando os tópicos religiosos emergem durante uma sessão de aconselhamento, é da maior importância para os conselheiros reconhecerem as suas próprias convicções religiosas; tentativas de parecer “neutral” podem complicar a interação entre o conselheiro e a pessoa com quem está a trabalhar.

No entanto, o conselheiro deve assegurar que as suas crenças religiosas pessoais não terão uma influência negativa no processo de aconselhamento. Por exemplo, se os conflitos de alguém com a sua própria homossexualidade derivam das suas convicções religiosas, e se elas são (consciente ou inconscientemente) confirmadas pelas crenças do conselheiro, isto pode causar danos à saúde mental da pessoa. Será capaz de reconhecer as suas próprias convicções religiosas? Que códigos morais são importantes para si? Que papel desempenham esses códigos na sua profissão?

Cada conselheiro carrega o seu próprio conjunto de normas e expectativas culturais. No decurso da sessão, conflitos sobre valores culturais e religiosos podem surgir e o conselheiro pode decidir que é útil discuti-los abertamente. Reconhece possíveis conflitos interiores mal resolvidos que tenha relativamente à sua própria religião? Como lida com eles nas suas sessões? Como lida com uma pessoa cuja religião difere da sua? Em que situações é melhor continuar a trabalhar com alguém difícil de acompanhar, e quando é melhor encaminhá-lo para um colega da mesma religião ou que não é influenciado pelas suas próprias crenças religiosas?



## Aconselhamento - Perguntas Frequentes

*Por favor, considere também as questões para a secção “Educação”.*

### **Como me devo comportar se a religião da pessoa que solicitou a minha ajuda Profissional proibir atos homossexuais?**

É muito importante compreender o papel que a religião ocupa na vida dessa pessoa para compreender se lhe é possível distanciar-se dos padrões de comportamento tradicionalmente prescritos. Requer-se uma aliança terapêutica sólida quando se trabalha com conflitos relacionados com a homossexualidade. Um conselheiro precisa de entender quantos conflitos advêm de proibições religiosas e/ou de expectativas parentais e culturais. Discuta com a pessoa o que significa para ele/ela interpretar os textos sagrados literalmente.

### **As minhas crenças religiosas condenam a homossexualidade. Tenho a obrigação de aconselhar uma pessoa gay/lésbica?**

Em terapia, as convicções religiosas virão ao de cima, assim como todos os aspetos do contexto pessoal do conselheiro. Conselheiros que desaprovem a homossexualidade ou o comportamento homossexual devido às suas crenças religiosas devem provavelmente abster-se de tratar pessoas homossexuais e encaminhá-las para um colega. Por isso, é essencial para os conselheiros estarem conscientes da sua postura relativamente à homossexualidade e das responsabilidades que lhes assistem em função das suas profissões.

### **É possível praticar a religião e viver abertamente como homossexual simultaneamente?**

Sim. Muitos gays, lésbicas e bissexuais são capazes de equilibrar a vida privada e a religião. Alguns até se juntaram a Igrejas ou grupos particularmente progressistas (isto é especialmente verdade para algumas denominações Protestantes e Judias). Por vezes, estas Igrejas abençoam casamentos de gays e lésbicas, realizam sacramentos e têm pastores ou rabis assumidamente homossexuais. Também há organizações seculares de gays e lésbicas que lidam com o tema dos conflitos entre a homossexualidade e a religião.

# Aconselhamento - Ferramentas

## O Guia Espiritual

*Objetivo:* compreender a importância da religião na vida da pessoa que está a aconselhar e identificar os problemas que isso acarreta com referência ao tópico.

*Método:* solicite à pessoa para imaginar a situação na qual, junto com um(a) amigo/a, conhecem um padre, rabi, imã ou guia espiritual. Conceda-lhe algum tempo para imaginar a situação e depois solicite-lhe que fale sobre isso. O que acontece durante o encontro? Se a pessoa não for capaz de imaginar tal situação, então pode imaginar um amigo chegado a colocar-lhe questões-chave sobre a sua vida ou necessidades.

Note bem: este exercício pode ser usado em grupo, assim como em sessões de aconselhamento individual. Tenha consciência de que, para algumas pessoas, a imagem de uma autoridade religiosa pode evocar sentimentos bastante negativos.

## Equilibrar Sexo e Religião

*Objetivo:* explorar o papel que a religião desempenha na vida da pessoa que está a aconselhar. O exercício deve ajudá-lo/a a estabelecer um equilíbrio pessoal entre a expressão da sua sexualidade e a profissão da sua religião e dos seus valores.

*Método:* pedir à pessoa para falar acerca do lugar que a religião ocupa na sua vida. Em seguida, examinem juntos as atitudes de figuras religiosas relevantes, presentes e passadas, relativamente à homossexualidade.

Discuta o relativismo histórico e cultural da religião como combinação de aspetos espirituais e sociais e também como meio de controlo social. Tente compreender se a religião é um aspeto importante na identidade dessa pessoa. Se for esse o caso, surgirá-lhe que entre em contacto com grupos religiosos homossexuais (se possível). Isto pode ajudar a pessoa a encontrar uma rede de apoio ou um grupo com o qual se identifique.

Note bem: este exercício pode ser utilizado em grupo, assim como em sessões individuais de aconselhamento. Numa sessão de grupo, a “religião” pode ser trabalhada e discutida como tema central se for uma questão importante para todos os participantes. Isto não significa que todos devam ter uma crença religiosa, já que ateus podem também estar interessados em discutir este tópico. Nesta discussão, é crucial distinguir normas religiosas de espiritualidade. As normas geralmente abordam o relacionamento entre as pessoas, a espiritualidade refere-se ao relacionamento pessoal com o Divino. Nos casos onde as normas religiosas são muito intransigentes em relação à homossexualidade, a ênfase deve ser colocada na relação pessoal com o Divino, sem retirar a esperança de alterar as normas.

## Dramatização: Diálogo entre um clérigo e um jovem LGBT

*Objetivo:* abordar o conflito entre religião e homossexualidade, bissexualidade e transexualidade.

*Método:* uma pessoa desempenha o papel de uma jovem lésbica e outra o de um clérigo (isto é, um padre Católico). A rapariga quer falar acerca dos conflitos que está a viver e procura no padre orientação espiritual (naturalmente, outros papéis possíveis são o jovem gay, bissexual ou transexual). O resto do grupo observa a cena. Quem pretender intervir pode fazê-lo. Quando a discussão entre a rapariga e o padre pareça não oferecer novos pontos de vista, peça aos elementos do grupo para falarem acerca das suas impressões e como se sentiram como atores e espectadores.

Note bem: se as pessoas estão hesitantes em desempenhar o papel de um jovem LGBT, desempenhe esse papel primeiro. Ajudará se desempenhar o papel de uma forma algo “desadequada”; isto pode encorajar outros a melhorar o seu desempenho.