

Riv. Sessuol. - Vol. 35 - n. 1
Gennaio/Marzo 2011

Il counseling con gli adolescenti non eterosessuali

M. GRAGLIA*

Sommario

Questo articolo vuole offrire una panoramica delle difficoltà che gli adolescenti non eterosessuali possono incontrare durante il percorso di definizione del loro orientamento sessuale-affettivo e su cui il counseling può intervenire aiutandoli a gestire il disagio psico-sociale e fornendo loro le risorse per farvi fronte.

Parole chiave: counseling, adolescenza, orientamento sessuale, omosessualità.

Introduzione

È l'adolescenza il periodo in cui la maggior parte delle persone diventa consapevole del proprio orientamento sessuale-affettivo, quest'ultimo definito come la tendenza a cercare la vicinanza erotico-sentimentale di partner dell'altro sesso, del proprio o di entrambi. Gli adolescenti non eterosessuali condividono con i loro coetanei eterosessuali gli stessi compiti di sviluppo, senonché gli atteggiamenti sociali rispetto all'omosessualità hanno un decisivo impatto su come l'orientamento viene integrato nell'identità sessuale e di conseguenza sul benessere psico-sociale di questi giovani. In presenza di un forte stigma sociale questi adolescenti rischiano di avere compiti evolutivi aggiuntivi. Uno di questi è la decostruzione degli stereotipi sull'omosessualità a cui necessariamente sono chiamati questi ragazzi. La rilevanza degli effetti dello stigma sociale sono testimoniati dai risultati delle ricerche che dimostrano che i giovani non eterosessuali hanno un

rischio aumentato rispetto ai tentati suicidi (Remafedi, 1991) e all'uso di sostanze stupefacenti. Una meta analisi delle indagini condotte ha concluso che i giovani gay, lesbiche e bisessuali riportano più spesso di fumare tabacco e di consumare sostanze stupefacenti rispetto ai loro pari eterosessuali (Marshal et al., 2008). Un recente caso di cronaca, pubblicato sul quotidiano La Repubblica del cinque luglio 2009, descrive un ragazzino della provincia di Pavia di 13 anni che per mesi è stato deriso e perseguitato dai compagni che lo ritenevano gay. Il giornale riporta inoltre che la vittima ha tentato due volte il suicidio, prima con i farmaci e poi tagliandosi le vene. Il rifiuto e la marginalizzazione possono condurre all'isolamento, all'abbandono prematuro del percorso scolastico e a comportamenti autolesivi. Il counseling, come vedremo, si specifica come un'azione non solo di intervento sul disagio, ma anche di prevenzione e di promozione della salute.

Le caratteristiche del contesto sociale risultano quindi decisive per uno sviluppo sereno e equilibrato. I familiari, a partire dai genitori possono reagire in maniera molto negativa alla conoscenza di avere un figlio gay o lesbica, così gli insegnanti o i rappresentanti di altre agenzie educative e socio-sanitarie possono disconoscere i bisogni psicosociali di questi adolescenti oppure incentivare l'invisibilità tramite il silenzio sui temi connessi all'orientamento sessuale. È noto che le relazioni tra i pari in questo periodo evolutivo sono fondamentali per lo svincolo dalla famiglia di origine, per il consolidamento del ruolo di genere, per la costruzione di un'identità adulta, per l'acquisizione di capacità relazionali. Tuttavia i comportamenti atipici rispetto al ruolo di genere o all'orientamento sessuale vengono spesso ridicolizzati o pre-

* Psicologa e Psicoterapeuta. Collabora con l'Università di Bologna, è Docente della Scuola di Sessuologia del Centro Italiano di Sessuologia e della Scuola di Psicoterapia ad indirizzo cognitivo-costruttivista Cesipc

M. Graglia

si di mira da parte dei coetanei eterosessuali -in particolare maschi- favorendo la marginalizzazione di questi adolescenti. Esperienze precoci di rifiuto, biasimo e aggressioni verbali o fisiche determinano un vissuto di diversità, di solitudine e di alienazione che vanno a detrimento dell'autostima.

Riconoscere le sfide sociali che devono fronteggiare questi adolescenti e approntare adeguati servizi in grado di accogliere la specificità dei loro bisogni significa offrire quel sostegno psicologico che può mancare loro. Molti adolescenti che si interrogano o che si definiscono gay o lesbiche evitano di rivolgersi agli adulti o ai servizi. Questo perché da un lato implicherebbe dichiarare il proprio orientamento sessuale e quindi la loro non conformità alle aspettative degli adulti -con il rischio che i genitori vengano informati- e dall'altro significherebbe esporsi ad un possibile giudizio negativo o comunque temere di poterlo subire. Risulta necessario che questi adolescenti possano sentirsi innanzitutto al sicuro per aprirsi e per poter chiedere aiuto. La difficoltà maggiore presentata da questi adolescenti è infatti proprio quella di chiedere sostegno, credendo di non essere legittimati a riceverlo e temendo di deludere gli adulti di riferimento.

Domande e confusione rispetto al proprio orientamento sessuale

La maggior parte dei gay e delle lesbiche percepiscono il proprio orientamento sessuale come innato e immutabile, altri hanno avvertito dei cambiamenti nel corso della vita rispetto al sentirsi attratti da partner dello stesso sesso. Ne consegue che le narrative possono essere varie e molteplici, tante quanti sono gli individui. Le tre categorie (omo-bi-eterosessuale) non catturano tutta la molteplicità delle esperienze e l'unicità di ciascuno. L'orientamento sessuale è stato definito come un continuum più che una variabile dicotomica. Non vi è una linea di demarcazione che separa l'omosessualità dall'eterosessualità, ma una continuità inclusiva di una multiforme varietà. Lo sviluppo degli orientamenti sessuali sembra essere un complesso fenomeno bio-psico-sociale che è vissuto differentemente dagli uomini e dalle donne e come si è sottolineato, esistono significative differenze individuali. È fondamentale quindi che il terapeuta conosca i risultati delle ricerche per fondare sui dati le proprie ipotesi e non su assunzioni aprioristiche.

Le domande dei gay e delle lesbiche sul proprio orientamento sessuale sono riconducibili a una serie di fattori, non si può tuttavia prescindere dal fatto che l'omosessualità viene socialmente definita come "meno normale" e quindi suscita, sia negli eterosessuali che negli omosessuali, un atteggiamento interrogativo: Quali sono

le cause? Si diventa o si nasce omosessuale? Quali caratteristiche hanno i gay e le lesbiche? Si può considerare normale l'omosessualità? Se gli eterosessuali sono abituati a non interrogare il proprio orientamento, al contrario è comune che gli omosessuali abbiano investito questa parte identitaria di domande o di dubbi, così come può essere frequente che gli altri chiedano spiegazioni: Quando te ne sei accorto? Sei sicuro?

Sia i gay che le lesbiche sono inoltre esposti agli stereotipi sull'omosessualità che stabiliscono delle tipologie standardizzate di "gay" e "lesbica" e definiscono un immaginario rigido e generalizzato. Gli interrogativi su di sé come non eterosessuale (Mi piacciono le persone del mio stesso sesso? Sono veramente omosessuale?) possono essere ricondotti ad una precisa fase della costruzione della propria identità, quando gay e lesbiche sono impegnati a decostruire la mitologia che è stata creata su di loro, a confrontarsi con queste immagini precostituite e a chiedersi, più o meno esplicitamente: Sono anche io così? Che cosa dicono di me queste rappresentazioni? Data la pervasività delle immagini sociali che descrivono l'identità gay come effeminata e la riducono all'aspetto sessuale alcuni gay, soprattutto adolescenti, sono indotti ad assumere "forzatamente" questi significati rispetto a sé. E quindi, ad esempio ritenere che se si è mascolini nell'aspetto e negli atteggiamenti non si è un "vero gay". Questa immissione di significati precostituiti può creare da un lato confusione e inibire un'esplorazione del proprio personale e unico modo di essere omosessuale e dall'altro, considerato la svalutazione sociale delle identità e dei comportamenti non eterosessuali, contribuisce a negativizzare il proprio Sé omosessuale. Alcuni stereotipi sulla causa individuano l'orientamento omosessuale come l'esito di un qualche tipo di interferenza avvenuta durante il percorso evolutivo. Se l'adolescente vive in un contesto che veicola teorie eziologiche rischia di assumere queste credenze e ritenere di essere malato, deviato, in qualche modo disturbato o sbagliato. È importante invece che il giovane -come il professionista della relazione di aiuto- sappia che l'orientamento omosessuale non è l'esito di un trauma, di una famiglia inadatta o di esperienze negative con l'altro sesso. Queste ipotesi talvolta emergono in seduta come "sentito dire", a volte precisato ("Mio zio una volta ha detto: quei froci, sono solo dei pervertiti!") a volte generico ("Molti pensano che sia una malattia"). Un sentito dire spesso sedimentato e mai messo in discussione. Talvolta portato sotto forma di domanda dai genitori che hanno figli omosessuali e che si interrogano sul perché i loro congiunti non sono come li avevano immaginati.

La domanda "sono gay?" può essere posta da persone che hanno un disturbo di personalità e persone che hanno disturbi cognitivi possono presentare confusione ri-

spetto all'orientamento sessuale. Fuori dall'ambito psicopatologico l'esperienza di confusione può essere una fase del percorso evolutivo, sia per gli omo che per gli eterosessuali, tenendo conto che la credenza sociale, talvolta anche clinica, che non ci si possa definire con certezza gay o lesbiche in adolescenza disincentiva l'assunzione di un'identità in tal senso e promuove la messa in discussione di sé. Ecco perché è importante che una solida conoscenza scientifica sui temi dell'orientamento sessuale guidi la pratica del consulente.

Alcuni adolescenti eterosessuali possono temere di essere gay perché hanno provato un desiderio di vicinanza rispetto ad un altro ragazzo, o perché hanno interessi atipici rispetto al loro ruolo di genere ("Mi piace cucinare e il calcio invece proprio non lo sopporto!"). I contesti familiari ed educativi in cui vige una netta separazione tra i ruoli di genere incentivano, ad esempio rispetto alla mascolinità, un'assunzione identitaria rigida che non prevede scostamenti dal modello del maschio che gioca a calcio, assertivo, competitivo e che non mostra emozioni. Talvolta può capitare che un adolescente eterosessuale chieda, preoccupato, se si deve ritenere gay perché ha vissuto piacevolmente un contatto fisico, come un abbraccio, con un altro ragazzo. Anche qui lo stereotipo sulla virilità, che concepisce l'espressione dell'affettività come una caratteristica femminile e quindi se manifestata da un maschio come caratteristica "da gay" non lasciano posto ad una condivisione emotiva fuori dalla regola del contatto fisico previsto esclusivamente dallo scontro sportivo o dal gioco della lotta.

Altri adolescenti interrogano la loro identità e si chiedono qual è la loro direzione. Possono avvertire un'attrazione fisica e/o romantica per persone del proprio sesso e non riuscire a definire precisamente che tipo di attrazione sia e quale significato attribuirle. Un'esplorazione serena costituisce il principale obiettivo del counseling. Il percorso è fatto di tolleranza dell'incertezza e del superamento a leggere come incongruenti le eventuali contraddizioni presenti. Ad esempio un ragazzo si sentiva attratto fisicamente da altri maschi e nel contempo si sentiva invaghito di una ragazza. Il consulente, abbandonato il modello della congruenza, adotta il modello della molteplicità. Il professionista sa che le diverse dimensioni dell'orientamento sessuale (fantasie, attrazione, comportamento sessuale, innamoramento, autodefinizione) non necessariamente coincidono e cioè non è detto che siano tutte rivolte verso un sesso piuttosto che l'altro. Come segnalato dalle ricerche condotte in questo campo la non conformità rispetto alle dimensioni dell'orientamento non è evidenza di psicopatologia. Ciò che è fondamentale è che il giovane avverta la disponibilità del consulente ad accompagnarlo, non sentendosi giudicato. L'orientamento sessuale non è quindi sinonimo di attività sessuale

e i comportamenti omosessuali non necessariamente sono un indicatore di un'identità gay o lesbica. Questo è particolarmente vero nell'adolescenza quando comportamenti di esplorazione e sperimentazione sessuale sono esperienze comuni e non infrequenti. Il consulente è consapevole che alcuni eterosessuali possono avere esperienze sessuali con partner dello stesso sesso e questo non deve condurre automaticamente a definire come gay un ragazzo che si sta interrogando sulla propria identità. Questa etichettatura esterna sarebbe prematura, inappropriata e dannosa.

La relazione con il counselor diventa lo spazio sicuro in cui poter esprimere le proprie emozioni e pensieri. La tendenza di molti adolescenti è di parlare in termini vaghi della propria sessualità, è quindi opportuno che il counselor proceda attraverso le domande e non le assunzioni. Chiedendo piuttosto che pensando di sapere e dando per scontato. Un altro aspetto che emerge è la difficoltà che può incontrare l'adolescente a scegliere le parole rispetto alla sessualità. Egli riuscirà ad esprimersi meglio se sentirà di avere il permesso di utilizzare le parole che usa nelle sue fantasie e nel linguaggio quotidiano. Non si può raccontare la propria storia sessuale in una maniera "scientifica" senza perdere la dimensione emotiva e senza smarrire la dimensione di significato individuale. È quindi utile invitare l'adolescente a usare le sue parole.

L'adolescente è molto sensibile alle reazioni dell'adulto e implicitamente può chiedere dei giudizi anche perché l'omosessualità è una questione che è costantemente sottoposta a giudizio sociale. La maggior parte delle persone e dei professionisti hanno le loro teorie sull'omosessualità, molto spesso non fondate sulla conoscenza di persone omosessuali o sui recenti dati di ricerca. Il counseling lavora su queste assunzioni tacite, individuandole e decostruendole.

Infine la confusione esperita può essere il risultato di una difficoltà di accettazione. Quando l'omosessualità è definita con un valore negativo non sorprende che alcuni individui attuino delle strategie di evitamento per negare le proprie pulsioni. Queste potranno emergere solo in età più adulta lontano dal pericolo di disintegrare il senso del proprio valore e della propria amabilità, o di mettere a repentaglio l'affetto e il sostegno delle persone più care.

Il counseling come esplorazione dei significati negativi

La maggior parte degli adulti omosessuali ricordano di aver provato un'attrazione fisica e/o affettiva per persone del loro stesso sesso durante l'adolescenza e altri già a partire dall'infanzia e dalla preadolescenza. Questo ri-

M. Graglia

cordo è spesso accompagnato da un vissuto di diversità, e cioè non solo ricordano di essersi sentiti diversi dai coetanei e dalle aspettative degli adulti, ma anche dalla norma, da ciò che è considerato ammissibile. Questo sentire di “non essere come si dovrebbe” - come disse un ragazzo di 16 anni - promuove la percezione di essere sbagliato. La domanda che tipicamente gli adolescenti si pongono (“Chi sono? Cosa farò? Cosa pensano di me gli altri?”) è un atteggiamento interlocutorio con se stessi che per questi adolescenti rischia di non essere un inizio esplorativo ma di arenarsi nelle chiglie degli stereotipi e in una sensazione di fallimento: “Ho qualcosa che non va! Gli altri mi vorrebbero diverso! Resterò solo”. Ogni individuo affronta diversamente le sfide connesse all’individuazione di un’identità socialmente stigmatizzata, sulla base della propria unicità psicologica, relazionale e biogenetica, a seconda di come si è andata strutturando l’autostima, la fiducia negli altri, l’autonomia e la capacità di regolazione emotiva. Non bisogna tuttavia dimenticare che il vissuto soggettivo di difficoltà, specialmente in età evolutiva, è fortemente condizionato dal contesto in cui l’adolescente vive. Se quest’ultimo veicola immagini negative dell’omosessualità l’adolescente può introiettare questi significati. La *negativizzazione sociale* si specifica come quel processo di assegnazione di significati negativi ai comportamenti e alle identità non eterosessuali, rappresentando l’orientamento omosessuale come un peccato, una deviazione, un disturbo mentale, una perversione, un deficit, un problema. A questo processo esterno fa riscontro uno interno in cui la persona sente di avere una parte di Sé immeritevole di rispetto e considerazione, provando emozioni come la colpa, la vergogna, la paura, la tristezza e la rabbia. È da notare che se nel caso del senso di colpa l’attenzione è sulle azioni che sono state o possono essere commesse e sulle loro conseguenze, nella vergogna il focus è direttamente sul Sé, come oggetto della valutazione negativa. Ne consegue che nel primo caso l’adolescente che si sente colpevole tenderà a non esplorare le proprie pulsioni e non intraprenderà relazioni omosessuali, mentre nel secondo caso la compromissione dell’immagine di sé alimenta il nascondimento e la privatizzazione di questa parte identitaria. L’orientamento sesso-affettivo ha tuttavia una profonda natura relazionale perché coinvolge le relazioni fondamentali, si comprende quindi l’effetto patogenetico sul benessere psicosociale quando questa parte è percepita come inconciliabile con un Sé amabile e di valore. L’adolescente tenderà a non rivelare il proprio orientamento sessuale, omettendo nelle relazioni significative questa informazione su di sé, assumendo in pubblico un’identità eterosessuale o sviluppando un falso sé, compiacente alle aspettative altrui.

Se la rabbia è nell’età adolescenziale connessa prin-

cialmente con il processo di separazione dalla famiglia di origine, per alcuni adolescenti non eterosessuali le reazioni di rabbia possono essere successive alla mancata vicinanza (esperita o immaginata) delle figure supportive e alla frustrazione conseguente ai tentativi di essere accettato e incluso nel gruppo dei pari. La paura di essere rifiutato può indurre l’adolescente non eterosessuale a monitorare il proprio comportamento e a ipercontrollare l’espressività prefigurando sistematicamente che lo svelamento di questa parte identitaria produrrà l’allontanamento della persona che ne viene a conoscenza o comunque elicerà una reazione negativa, ingenerando nel giovane una sistematica e pervasiva aspettativa di rifiuto (Graglia, 2009).

Il counseling aiuta l’adolescente innanzitutto a esplorare quali significati attribuisce al suo orientamento sessuale, promuovendo l’emersione e l’espressione delle emozioni e facilitando una loro mentalizzazione. Ad esempio la sessualizzazione dell’identità omosessuale, propugnata dalle rappresentazioni sociali, e cioè il ritenere che l’essenza dell’orientamento omosessuale sia da individuarsi esclusivamente nell’aspetto sessuale -minimizzando il coinvolgimento affettivo- oppure lo stereotipo della non conformità di genere, secondo cui i gay sono effeminati e le lesbiche mascoline, introduce, come precedentemente detto, nella mente dell’adolescente significati con cui questi obbligatoriamente è chiamato a confrontarsi, innescando modalità di pensiero del tipo “se x allora y” o viceversa. Come ad esempio, citando le parole di un ragazzo di 17 anni che si sentiva attratto dai suoi compagni e aveva avuto alcune esperienze sessuali con loro: “non mi piace fare le cose delle ragazze, e sono anche molto sportivo, mi piace giocare a calcio, sono molto bravo. Non posso essere gay”. Questa intrusione di significati precostituiti alimenta confusione e ostacola la costruzione serena della propria identità. Può essere utile esplorare con il ragazzo i suoi criteri per misurare la mascolinità e la femminilità. A questa età spesso la mascolinità è designata come tutto ciò che non è femminile, e tutto ciò che è femminile in un maschio è considerato segnale di un’identità gay. Ne consegue che l’adolescente impara a odiare tutte quelle parti considerate atipiche rispetto alla sua appartenenza di genere, a considerarle responsabili della sua identità non eterosessuale e a sviluppare emozioni di colpa, vergogna e a sentirsi inferiore (Graglia, 2009).

Non è compito del counselor quello di sostituire le immagini negative con quelle positive, ma promuovere nell’adolescente un contatto con le proprie rappresentazioni aiutandolo a discriminare tra le sue sensazioni/pensieri rispetto a sé come gay/lesbica o persona che si interroga e i significati immaginati o verificati negli altri significativi. Un esempio è quello degli adolescenti che vivono la conflittualità tra i precetti del loro credo reli-

gioso e il loro orientamento sessuale. Alcuni gay, lesbiche e bisessuali che frequentano comunità religiose tradizionaliste che sostengono credenze negative sull'omosessualità, possono avere delle difficoltà nel conciliare questi due aspetti identitari. "Come posso essere un gay/lesbica cattolico?" questa è la domanda che talvolta alcuni omosessuali si pongono, vivendo l'identità "cattolico omosessuale" come un'antinomia. E il giovane credente omosessuale può sperimentare una frattura tra come esperisce il suo orientamento sessuale e come questo viene considerato dai rappresentanti religiosi. Desiderare di allontanarsi da certe visioni sull'omosessualità e nello stesso tempo temere di perdere l'appartenenza alla propria comunità. I fedeli omosessuali corrono potenzialmente il rischio di perdere il sostegno della famiglia di origine e della comunità qualora l'orientamento omosessuale non sia previsto come un'opzione dai precetti religiosi. La perdita di supporto, reale o anticipata, può sviluppare una forte apprensione e una riluttanza alla condivisione sociale tali da pregiudicare il benessere individuale. Per queste ragioni il counseling di gruppo si può configurare come un intervento altamente efficace per lavorare sull'autostima (Graglia, 2009).

Il counseling di gruppo

L'adolescenza è un momento della vita in cui individuazione e appartenenza giocano ruoli decisivi e solo apparentemente contraddittori, da un lato il bisogno di separarsi dai genitori e dall'altra il desiderio di far parte, da qui l'importanza dei rapporti con i pari. L'appartenenza ad un gruppo definito per un adolescente è fondamentale per la propria identità. Così come l'estremismo, come il razzismo o gli atteggiamenti omonegativi possono, paradossalmente, aiutare il giovane ad autodefinirsi.

La perdita di sicurezza dell'età infantile è controblanciata dall'approvazione dei pari e se la destabilizzazione, provocata dai cambiamenti di questa fase evolutiva, può promuovere vissuti di inadeguatezza il counseling di gruppo utilizza la tendenza degli adolescenti a stabilire contatti privilegiati con i coetanei in modo che la condivisione restituisca un senso di autostima e una possibilità di autoidentificazione, sollecitando al contempo nei membri eterosessuali l'accoglienza e la solidarietà. Il lavoro di gruppo promuove l'introspezione, la socializzazione dei propri vissuti, la capacità di immedesimazione. Il gruppo è uno spazio che ha dei limiti ben precisi e nello stesso tempo è un contesto dentro la società e fuori di essa -in quanto spazio privato e autonomo- e la presenza dell'adulto contempla sì il contenimento, ma favorisce anche i processi di individuazione e indipendenza. Il gruppo svolge un'azione terapeutica perché induce un

cambiamento attraverso l'abbassamento delle difese e favorendo il senso di appartenenza, sperimentando un senso di "normalità", di condivisione delle difficoltà e delle emozioni di vergogna, colpa, paura, ansia, rabbia. Tramite la rivelazione che i partecipanti fanno di parte di sé i membri imparano dalle esperienze degli altri, sostenendosi reciprocamente, sperimentandosi anche come "counselor", offrendo aiuto agli altri. Inoltre ogni partecipante, ricevendo feedback multipli, conosce e fa esperienza di nuove modalità relazionali. Il counselor nel gruppo è un osservatore-partecipante che facilita la comunicazione, chiarisce le dinamiche in corso, stimola i partecipanti e accompagna nelle situazioni critiche.

Il counseling come supporto

Una delle esperienze più significative per gli adolescenti gay e lesbiche è lo svelamento del proprio orientamento sessuale. Rivelare questa parte identitaria non solo segnala il grado di auto-accettazione, ma l'apertura agli altri significativi può ridurre il disagio innescato dal nascondimento e la falsificazione di sé e costituisce la modalità più adattiva per ottenere supporto dagli amici e dalla famiglia. I giovani omosessuali si svelano molto spesso agli amici intimi, spesso a loro volta omosessuali, prima che ai familiari. Così è più frequente che sia la madre la prima a sapere tra i genitori. Se lo svelamento è una risorsa di salute implica anche una maggiore esposizione all'omonegatività sociale, ai comportamenti di discriminazione e di aggressione antigay. Il counselor non deve sottostimare l'impatto che questa informazione può potenzialmente avere sugli altri e quindi sulle conseguenze negative che ne potrebbero risultare. È necessario che il lavoro di counseling si concentri innanzitutto sull'esplorazione delle visioni sull'omosessualità che ha la famiglia. Esistono infatti casi in cui i genitori non riescono ad accettare questa notizia dal figlio. È comunque frequente una prima reazione di crisi alla conoscenza dell'omosessualità del congiunto. Svelarsi ai genitori deve essere dunque un'opportunità di sostegno e non la modalità per rischiare di perderlo.

Gli adolescenti non eterosessuali dovrebbero poter decidere quando e a chi svelarsi, senza ricevere pressioni. Potrebbe essere utile coinvolgere anche i genitori nel percorso di counseling per aiutare tutti i membri familiari a confrontarsi in maniera funzionale sulle difficoltà che possono emergere di fronte alle espressioni di diversità del figlio. Il counselor può aiutare il ragazzo a trovare le parole per dirsi, pur sapendo che non c'è un modo che possa escludere le reazioni negative e aiutarlo a tollerare le incertezze e i dubbi, promuovendo una dimensione interiore di ascolto e una relazione di confronto.

M. Graglia

Allo stesso tempo il counseling può aiutare i genitori a ridurre l'espressione di emotività negativa rispetto all'orientamento sessuale del figlio, come gli atteggiamenti di rifiuto, l'ostilità, la colpevolizzazione, l'eccessiva preoccupazione, e aiutare il genitore che accusa un senso di fallimento a comprendere e a elaborare i significati relativi all'omosessualità del familiare.

Un discorso specifico va fatto per quegli adolescenti che hanno un'identità etnica minoritaria perché devono affrontare sfide specifiche: integrare identità multiple e gestire i conflitti che nascono dall'appartenere a diverse comunità in cui si sentono outsider. Questi adolescenti possono percepire il proprio orientamento sessuale come una parte inconciliabile con la propria appartenenza etnico-culturale e si possono sentire spinti a scegliere un'identità a discapito dell'altra (Graglia, 2004).

Il counseling psicopedagogico

Raramente gli adolescenti si rivolgono di loro iniziativa ad un adulto per chiedere aiuto; a questa età le difficoltà e i conflitti con il mondo adulto li inducono a diffidare di chi li considera ancora dei bambini, pur avvertendo il bisogno della chiarezza comunicativa degli adulti. La maggior parte di loro cerca aiuto indirettamente, ad esempio manifestando il proprio malessere attraverso l'abbandono scolastico o viceversa l'immersione assoluta nello studio, l'isolamento, il consumo di sostanze stupefacenti, gli atti vandalici. Sono più spesso le famiglie a stabilire il primo contatto per una consulenza, ad eccezione delle famiglie che appartengono a minoranze etniche che sono spesso riluttanti a mettersi in contatto con i servizi soprattutto quando la questione riguarda l'orientamento sessuale del figlio. È senz'altro la scuola il contesto ideale in cui raggiungere il maggior numero di adolescenti per affrontare le tematiche inerenti le diversità di orientamento sessuale-affettivo. È il contesto dove i giovani eterosessuali possono imparare il rispetto delle diversità e quelli con un orientamento minoritario possono essere rassicurati sulla loro identità. La scuola è tuttavia un contesto tanto importante quanto complesso, basti pensare alla diffusione del fenomeno del bullismo ed al fatto che le vittime frequentemente appartengono a gruppi stigmatizzati. Il tema dell'omosessualità è scarsamente presente, se non del tutto assente, dai programmi scolastici. Questo silenzio, unito al fatto che la maggior parte dei docenti omosessuali non è dichiarato nel contesto scolastico produce un'assenza di modelli di ruolo positivi che favorisce la marginalizzazione, l'isolamento e la sensazione -per citare le parole di un quindicenne- di "essere l'unico sulla Terra". Le difficoltà istituzionali che si possono incontrare se si vuole proporre un in-

tervento educativo sull'omosessualità sono d'altronde numerose e varie. Quando, ad esempio, un insegnante propone questo tema può sollevare la perplessità di altri suoi colleghi, dei genitori o dei dirigenti scolastici. E tuttavia la questione dell'orientamento omosessuale è rilevante per numerosi studenti. Se da 3% al 8% di tutta la popolazione ha un orientamento omosessuale, un insegnante avrà in classe almeno una ragazza lesbica o un ragazzo gay.

La scuola è un dei luoghi di socializzazione principali, è dunque fondamentale lo sguardo degli insegnanti sui propri allievi affinché vi possano riconoscere la loro immagine riflessa positivamente. A questo proposito Aluffi Pentini (1995, p.115) scrive un passo significativo: "Rendere consapevole ogni persona della sua funzione di specchio per gli altri, e rendere consapevole della sofferenza che lo specchio deformante può infliggere, significa nella società multiculturale rendere consapevoli gli insegnanti della responsabilità che il loro sguardo comporta". Rispecchiarsi nell'immagine che gli altri ci rimandano è fondamentale, tanto più fondamentale quando si è in fase di strutturazione della propria identità. Il ragazzo adolescente si trova a dover integrare nuove immagini di sé in una nuova identità, intanto il sé corporeo, connotato ora sessualmente, quindi le nuove abilità cognitive (in questa fase si ha il raggiungimento dello stadio del pensiero ipotetico-deduttivo), e quindi l'immagine di sé come soggetto autonomo dalla famiglia. Se gli studenti non eterosessuali non possono riconoscersi nello sguardo degli insegnanti, perché lo sguardo non restituisce un'immagine positiva dell'identità omosessuale, questi ragazzi, ancora una volta rischiano di sentirsi inadeguati.

Rispetto all'adolescenza il counseling psico-pedagogico si propone come un progetto integrato che sa coinvolgere sia i ragazzi che gli adulti e contemporaneamente le istituzioni come la scuola e i servizi psico-socio-sanitari. La capacità di neutralizzare gli effetti negativi della disapprovazione sociale è il risultato dell'articolazione di risorse di resilienza individuali, familiari e sociali. Riguardo questo ultimo aspetto il network di sostegno con cui interagisce il counselor assume un ruolo rilevante nel costruire una rete di interventi integrati e mirati alla promozione del benessere dei giovani non eterosessuali. Fornire informazioni e indicazioni perché sia compreso il valore della formazione agli insegnanti sui temi connessi all'orientamento sessuale è fondamentale perché questi fondino un'azione educativa mirata all'inclusione e alla comprensione dei bisogni psico-sociali degli studenti non eterosessuali. È auspicabile che gli insegnanti vengano aiutati a essere consapevoli dell'importanza che la scuola affronti il tema dell'orientamento sessuale, sia nelle materie curriculari, sia nell'utilizzo di materiali come ad esempio includendo libri a tema omosessuale nella libreria sco-

lastica, promuovendo una discussione sulle forme della violenza antigay, dall'uso di certi termini che denigrano le identità, ai comportamenti denigratori e svilenti dei coetanei. Gli insegnanti vanno allenati a individuare e a leggere l'omonegatività sociale nelle sue manifestazioni più subdole e nascoste, l'atteggiamento discriminatorio che si nasconde nella metafora, nelle ambiguità, nei sottintesi, nei graffiti sui muri, nelle omissioni, come ad esempio evitare di affrontare autori dichiaratamente omosessuali o ritenere sconveniente l'uso di parole come "gay" e "lesbica" nella comunicazione con gli studenti. Si può promuovere l'accettazione delle minoranze sesso-affettive anche nei documenti ufficiali dell'istituzione (dichiarazioni di intenti, circolari...). Spesso gli insegnanti durante i corsi di formazione chiedono come individuare i ragazzi omosessuali per poter intervenire efficacemente. Le lesbiche e i gay non hanno caratteristiche fisiche o psicologiche particolari e solo la persona direttamente coinvolta potrà dire qualcosa in merito. Pertanto, è particolarmente importante manifestare un atteggiamento non giudicante e creare le condizioni che consentano agli studenti omosessuali di aprirsi.

Conclusioni

Il counseling è essenzialmente un intervento comunicativo che ha come obiettivo la gestione delle difficoltà che possono emergere in alcuni momenti o situazioni critiche. Il counseling si colloca nell'area della prevenzione del disagio adolescenziale -favorendo anche l'identificazione dei soggetti a rischio- e in quella degli interventi di aiuto in situazioni di sofferenza. È necessario che il professionista della relazione di aiuto abbia delle competenze sia per quanto riguarda l'ascolto e l'intervento professionale sia per quanto concerne il tema dell'orientamento sessuale. L'approccio contemporaneo specifica l'orientamento omosessuale come una variante dell'espressione affettiva ed erotica (per una rassegna storica si rimanda a Graglia, 2001). L'orientamento omosessuale non definisce se una persona è "malata" oppure "sana", né definisce una particolare personalità o attitudine o abilità. Una conoscenza approfondita sui temi dell'orientamento sessuale è utile e necessaria al counselor per comprendere come gli atteggiamenti della società contemporanea rispetto all'omosessualità agiscano sulle vite delle persone non eterosessuali e che significato possano assumere, rispetto al benessere psico-sociale, l'introduzione dei significati negativi diffusi socialmente, così come le esperienze di stigmatizzazione. Ciascuno di noi è influenzato dai pregiudizi e dagli stereotipi che circolano

nel proprio gruppo di riferimento. Il counselor ha il dovere di riconoscere i propri *bias*, non necessariamente di superarli, ma di saperli gestire, di fare in modo che non interferiscano con il lavoro di consulenza.

Gli aspetti che il counselor deve tenere a mente sono in particolare:

L'orientamento omosessuale è un variante dello sviluppo psico-sessuale che si definisce, come per gli eterosessuali, durante l'adolescenza.

Lo svelamento è l'espressione di una tendenza sana, funzionale a voler condividere informazioni su di sé con gli altri significativi.

Gli adolescenti gay e lesbiche, al pari degli eterosessuali che hanno bisogno di stare con i coetanei percepiti come simili, hanno bisogno di socializzare con coetanei e adulti omosessuali per contrastare l'isolamento e l'assenza di modelli positivi.

È importante assicurare l'adolescente sulla confidenzialità di quanto viene detto durante le sedute di counseling.

È opportuno usare un linguaggio non giudicante, privilegiando i termini che utilizza l'adolescente per definirsi.

È utile conoscere i gruppi di supporto e le risorse presenti sul territorio per i giovani omosessuali e le loro famiglie, come ad esempio i servizi consulenziali offerti dalla comunità gay e lesbica.

Per concludere il counseling con gli adolescenti non eterosessuali si definisce come un processo di attivazione delle risorse personali attraverso una relazione che valida ciò che essi provano e sono. Uno strumento che aiuta gli adolescenti a sviluppare la loro identità unica.

Riferimenti bibliografici

- Aluffi Pentini A., Lorenz W. (1995): *Per una pedagogia anti-razzista*, Edizioni Junior Bergamo.
- Graglia M. (2009): *Psicoterapia e omosessualità*, Carocci, Roma.
- Graglia M. (2004): *Comportamenti a rischio e omosessualità*. In: Nizzoli U., Colli C. (a cura di): *Giovani che rischiano la vita*, McGraw-Hill, Milano, p.223-236.
- Graglia M. (2001): *Le rappresentazioni dell'omosessualità nelle scienze della salute mentale: da patologia a disposizione erotico-affettiva*, *Psicoterapia*, 23/2, 91-96.
- Marshal, M.P., Friedman, M.S., Stall R., King K.M., Miles J., Gold M. A., et al. (2008): *Sexual orientation and adolescent substance use: A meta-analysis and methodological review*. *Addiction*, 103, p.546-556.
- Remafedi G., Farrow J.A., Deisher R.W. (1991): *Risk factors for attempted suicide in gay and bisexual youth*. *Pediatrics*, 87, p.869-875.