

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

### Introduzione

#### Per iniziare

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

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

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

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



# Informazioni di base

## Che cos'è il bullismo omofobico?

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

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

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

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

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

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

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

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

Le difficoltà istituzionali che si possono incontrare se si vuole proporre un servizio di sostegno alla salute e al benessere psicofisico che si rivolga in maniera specifica a lesbiche, gay, bisessuali e transessuali sono numerose e varie. Quando, ad esempio, un insegnante tratta con i giovani tematiche LGBT può sollevare le perplessità dei genitori e dei dirigenti scolastici. Per superare queste difficoltà, di solito è sufficiente inserire tali temi in un lavoro più ampio finalizzato a combattere il bullismo, che riguarda molte fasce sociali presenti nella scuola e nel territorio e allarma gli adulti.

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

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

## Che cosa significa per me?

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



# Educazione

(per gli insegnanti)

## Tenete a mente

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

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

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

## Educazione - Domande ricorrenti

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

## Educazione - Strumenti

### Stereotipi

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

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

La discussione può proseguire passando agli stereotipi su lesbiche, gay, bisessuali, transessuali.

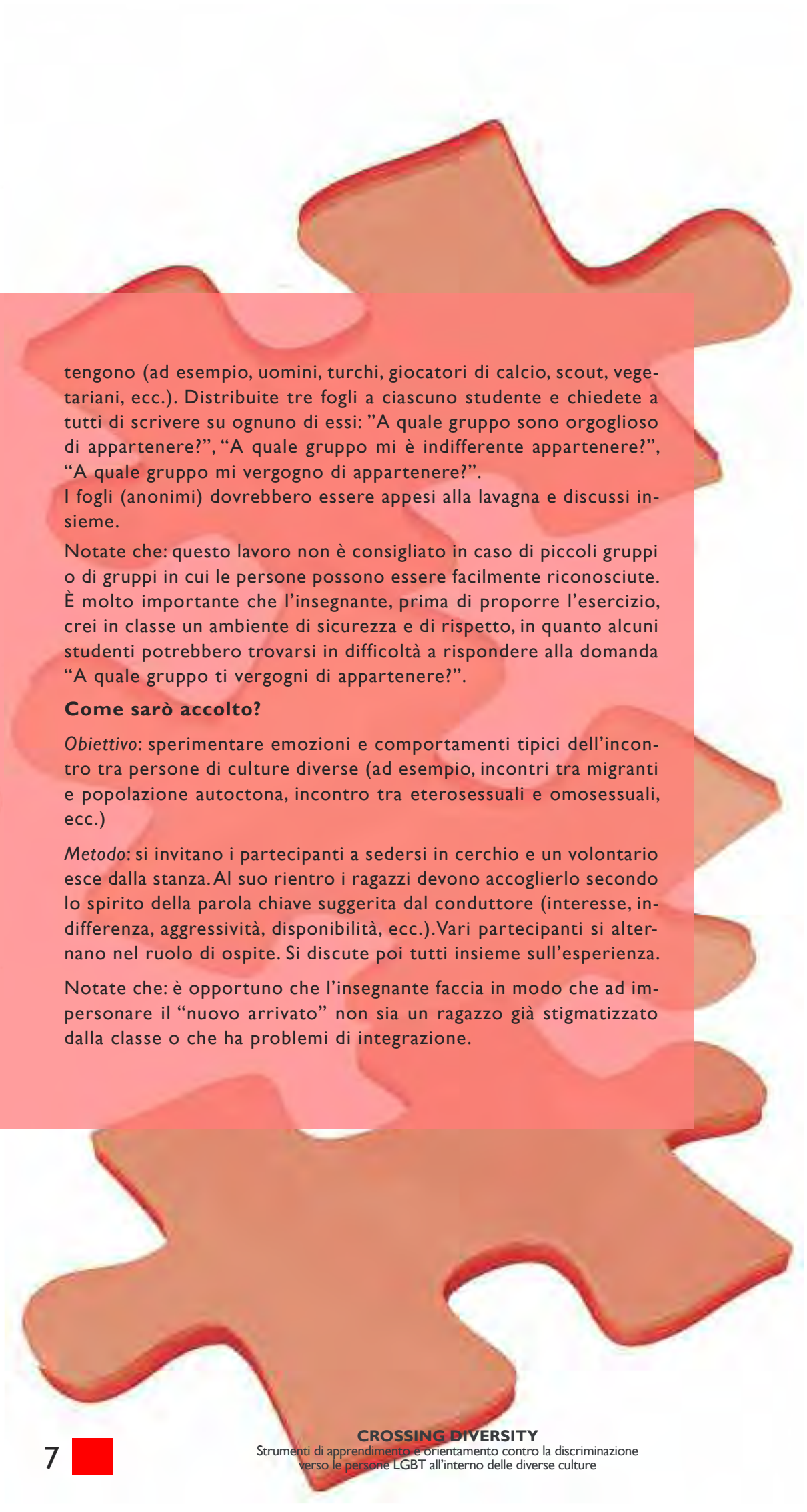
Notate che: se non è già evidente, è meglio esplicitare il fatto che molte delle affermazioni stereotipiche possono risultare offensive. Se nella classe è presente una persona appartenente a un particolare gruppo etnico, per esempio a quello marocchino, è meglio evitare di includere i marocchini.

### Appartenenze

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

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





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

I fogli (anonimi) dovrebbero essere appesi alla lavagna e discussi insieme.

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

### **Come sarò accolto?**

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

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

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

## UNA STORIA...



*“Saresti così gentile da pulirmi anche l’arma ietto qui a fianco?”*

*Eileen si volò di scatto. “Non sono la donna di servizio. Un giorno sarò dottoressa.”*

*“Allora per favore chiama il dottor Mayer. Non voglio essere curata da una negra.”*

*Senza dire una parola Eileen posò il clistere sul comodino e lasciò la camera di degenza.*

*“Ciao Eileen”, esclamò raggianti Kristin. “Ehi, com’è andata la giornata?”*

*“Ah, fantastica! Mia madre pensa che io non sia in grado di prendermi cura delle persone e i pazienti mi scambiano per la donna delle pulizie. E tu come stai?”*

*Kristin indietreggiò, spaventata. Le batteva forte il cuore. Non dire di nuovo qualcosa di sbagliato, pensò.*

*“Sono felice di vederti”, abbozzò un sorriso.*

*“Non l’ho fatto io il mondo,” disse Eileen, brontolando. “Quindi, ti prego, nessun rimprovero.”*

*“Non intendevo dire questo.” Kristin sarebbe corsa via volentieri. Perché è sempre così difficile con Eileen? Non mi ama più?*

*“Vieni, ho preparato qualcosa di buono da mangiare. Apparecchieresti la tavola?” Eileen prese Kristin tra le braccia e la baciò a lungo teneramente.*

*“Va meglio ora?” domandò dolcemente.*

*Allora va tutto bene. Kristin tirò un sospiro di sollievo.*

*“Puoi prendere per favore i coltelli da pesce? E i bicchieri di cristallo da vino? I tovaglioli non si abbinano alle stoviglie. Non lo vedi?”*

*“Ehi, non fa nulla.” Kristin gettò uno sguardo furioso a Eileen. “Io preferisco mangiare così!”*

*“Anche l’occhio vuole la sua parte, Kristin. Non riesco a gustarmi il cibo se è tutto buttato giù così.”*

*“Ma non è buttato così. È solo il mio stile, non il tuo.”*

*“Stile non è la parola giusta”, borbottò Eileen. “Non vorrai dire che questo è stile?! E devi sempre mangiare con i gomiti sul tavolo?” Eileen cambiò i bicchieri e i tovaglioli irritata.*

*“Così si fa nei bassifondi”, rispose Kristin con voce strozzata. Pensò ai visi sorridenti a casa sua, dove il vino veniva servito nei bicchieri da acqua e la limonata in quelli da vino. O al contrario. Non importava.*

*“Perché non dici ai tuoi genitori che sei lesbica?” Eileen si allontanò un po’ da Kristin, che immediatamente tirò su la tovaglia fino alla punta del naso.*

*“Non sono ancora pronta. I miei genitori non capirebbero. Del resto io stessa lo devo ancora capire completamente.”*

*“Ma tu sei sicura di amarmi?”*

*“Sì Eileen, lo sono. Ma non per questo lo deve sapere tutto il mondo. Devo essere catalogata così?”*

*“Non è una categoria, è un’identità. Come per me essere nera. È qualcosa che porti dietro tutta la vita.”*

*“Come la mia appartenenza a una classe sociale inferiore?”, domandò Kristin.*

*“Ce l’hai sempre con questo discorso idiota della classe sociale inferiore. Non vieni certo insultata per questo, o no?”*

*“No, ma tutti mi fanno capire che dovrei vergognarmi perché a casa non ascoltiamo musica classica, perché non vado in giro con i vestiti griffati e non capisco tre quarti delle parole straniere che l’insegnante pronuncia. E perché non sono mai stata all’opera o a teatro o negli Stati Uniti per le vacanze estive. Ma io non mi vergogno per il fatto che mio padre lavora in fabbrica come operaio. Io amo la mia famiglia.”*

*“E allora?”*

*“Se io reagissi come fai tu perché i pazienti ti scambiano per la donna di servizio o perché i compagni ti chiedono da dove vieni o dove sei cresciuta, probabilmente mi lasceresti subito.”*

*“Non puoi mettere a confronto le due cose. Il paragone è del tutto sbagliato. A me basta cam-*



minare per strada e la gente mi grida 'negra!' Non puoi neanche immaginare che cosa significhi e come ci si sente insicuri, sempre e ovunque. Tranne che in Ghana, ecco perché voglio andare lì. Tu neanche osi dirlo ai tuoi genitori che vivi con me."

"Non è vero, Eileen. Non è perché sei nera. Non mi sento in grado di spiegare loro che amo una ragazza. E io ti amo, credimi!"

"Dici davvero? Questa è la cosa più importante per me, Kristin. Perché anche io ti amo tanto."

"Allora, va tutto bene, no?"

"Kristin, secondo me, ultimamente, stai sognando un po' troppo a occhi aperti."

La prof. Metz la guardò severamente, sopra gli occhiali. "È normale sentirsi attratte dalle ragazze alla tua età. Bisogna sperimentare. Vedrai, arriverà il ragazzo giusto.

Attraversiamo tutti questa fase. Però la scuola non deve risentirne, chiaro?"

"Qualche volta mi sento così inferiore a Eileen", Kristin osò lanciare uno sguardo al volto della counsellor.

"Pensi che la tua sensazione possa avere a che fare con il fatto che sei di qualche anno più giovane? Hai solo sedici anni, alla tua età spesso è difficile essere lesbica. Eileen è più grande di te di qualche anno."

"Non lo so, spesso litighiamo per stupidaggini" disse Eileen. "Cose ridicole, come di che colore deve essere il tovagliolo."

"Forse nessuna delle due ha il coraggio di riflettere sui vostri sentimenti per le ragazze e proiettate le vostre paure su queste sciocchezze?"

"Ma io sono sicura di amare Eileen", protestò Kristin. "È il resto che è così difficile."

"Cosa intendi quando dici 'il resto', Kristin?"

Tanto per dirne una, Eileen spesso è ossessionata dal colore della sua pelle. E pensa che io non la capisca e non la sostenga a sufficienza."

"E questo cosa c'entra con il colore dei tovaglioli?"

"Forse Eileen, si arrabbia con me così tanto perché non ho ancora detto a casa che stiamo insieme."

"Perché non vuoi che sappiano che frequenti una negra!" Scattò con rabbia Eileen.

"Questa è proprio una fesseria bella e buona, Eileen!", gridò Kristin. "Vedi? Ci risiamo!"

"Voi siete due ragazze normali, proprio come le altre. Il fatto di essere lesbiche, o nera come nel tuo caso, non cambia nulla. Ma il mondo intorno a voi sostiene che i vostri sentimenti sono sbagliati perché dovrebbero essere diretti ai ragazzi. Questo giudizio della gente vi rende difficile una relazione serena."

"Non ne sono sicura" affermò riflettendoci sopra Kristin.

"Non me ne potrebbe importare di meno della gente che mi circonda!", esclamò Eileen.

"L'unica cosa che mi interessa è che Kristin mi pensi."

"Okay." La counsellor guardò Kristin. "Cosa provi tu, Kristin?"

"Io amo Eileen e penso che sia eccessivamente fredda con me. E spesso mi sento inferiore vicino a lei."

"E tu, Eileen, che cosa provi?"

"La stessa cosa. E, a volte, penso che Kristin non consideri per niente i miei problemi al lavoro o altrove."

"E da dove emergono queste paure per entrambe?"

"Non lo so", rispose Eileen. "È per questo che siamo qui, no?"

"Il nostro tempo per oggi è terminato, ci fermiamo qua. Se volete potete tornare e cercheremo di scoprire insieme le ragioni di questa situazione."

"Non penso che ci abbia capite." Kristin, contrariata, diede un calcio a una lattina vuota.

"Sì, si è ostinata in qualcosa che non ha nulla a che fare con noi", affermò Eileen.

"Non sono sicura che ci abbia credute quando abbiamo detto di non avere problemi per il fatto di essere lesbiche."

"Già", sorrise Kristin, "come gli altri."



# Salute e benessere psicofisico

(per gli operatori psico-socio sanitari)

## Tenete a mente

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

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

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

# Salute e benessere psicofisico - Domande ricorrenti

*Può essere utile leggere anche le domande per gli insegnanti.*

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

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

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

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

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

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

## **Quali possono essere gli effetti del bullismo omofobico?**

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

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

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

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



# Salute e benessere psicofisico - Strumenti

## Chi sono?

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

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

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

## Violenza anti-gay

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

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

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

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

## Bullismo omofobico

*Obiettivo:* contrastare il bullismo omofobico a scuola.

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

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

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

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