



Ostano, D. – *Counseling, omosessualità e omofobia*

Counseling, omosessualità e omofobia

di Daniela Ostano

Anche se il nuovo Ministro delle Pari Opportunità Mara Carfagna ha recentemente affermato che in Italia l'integrazione delle persone omosessuali esiste già e che i tempi in cui venivano dichiarati malati di mente sono sepolti, in realtà accade ai nostri giorni che un ragazzo di diciassette anni venga accoltellato dal padre nella doccia, perchè il giorno prima aveva confidato ai genitori la propria omosessualità.

Il ragazzo si è salvato, ma il padre naturalmente è in carcere. Quanto dolore e quante vite spezzate.

A questo fatto si aggiungono molti fatti recenti, mi viene in mente quella ragazza di diciotto anni che è stata uccisa dalla madre solamente per aver dichiarato di essere lesbica o tutti quegli episodi di omofobia o di atti di violenza contro omosessuali tra coetanei.

Qual'è la vergogna maggiore? Essere gay, accoltellare un figlio, ucciderlo o pensare ancora che l'omosessualità sia un disonore.

Gli adolescenti omosessuali, o quelli che sembrano tali o quelli che si interrogano sulla loro sessualità, spesso trovano negli adulti e quindi anche nella scuola un ambiente poco supportivo, indifferente, se non addirittura violento, e sono più esposti all'isolamento e al disadattamento psicosociale.

Rachid O. immagina di parlare con suo fratello maggiore e scrive: «[...] è come un ronzio costante, vorrei che la smettessi, non ho più voglia di ascoltare le tue preoccupazioni o qualunque cosa siano. Ricorda che mi facevi male con quella mano sulla spalla, o quando mi tiravi le orecchie fortissimo. 'Sbarazzati di quei modi', oppure 'esci, non stare attaccato alle gambe di tuo padre, sii uomo', spesso mi urlavi queste



Ostano, D. – *Counseling, omosessualità e omofobia*

cose. Ma si dà il caso che a nostro padre i miei modi piacessero, li trovava teneri e anche quando inciampavo, non mi diceva mai 'sei una femminuccia' davanti ad un compagno di classe». ¹

Egli afferma ancora: «Da piccolo, scrivere mi annoiava... e dire che ora ho voglia di scrivere per svuotarmi dall'isolamento. Non ho mai provato altro che parole». ²

Il termine omofobia è stato coniato da Weinberg per definire il timore e l'odio irrazionali che gli eterosessuali provano nei confronti delle persone gay (esterna), ma anche l'atteggiamento di disprezzo che i gay provano nei confronti di se stessi (interna o interiorizzata).

A differenza dei loro coetanei gli adolescenti LGBT³ spesso crescono da soli, un po' isolati dai loro compagni cercando di stare al riparo da scherni ed insulti e in allerta rispetto alla famiglia.

Infatti solitamente il fenomeno del bullismo omofobo è aggravato dall'incomprensione della famiglia, che si aggiunge alla percezione di un diffuso rifiuto sociale.

¹ Rachid, O. (2008) *Quel che resta*, Roma, Playground, p. 75

² *Ib.*, p. 83

³ Lesbiche, gay, bisessuali e transessuali, preferisco usare per comodità di scrittura e di lettura la parola omosessuale anche se non è onnicomprensiva



Ostano, D. – *Counseling, omosessualità e omofobia*

Spesso per vergogna o per paura di deludere i genitori, i ragazzi scelgono di rimanere silenti e mimetizzati per esempio con la classica figura del primo della classe.

Oggi l'utilizzo di internet per alcuni è molto utile per la ricerca di altre esperienze e il confronto con situazioni affini, ma per altri può anche essere un rischio.

Il rischio può avere varie sfaccettature da quello di cadere in una dipendenza a quello di imbattersi in conoscenze pericolose.

Internet è lo specchio della società e l'omofobia è possibile riscontrarla anche in rete, magari con alcune trappole tese appositamente a chi si sente isolato ed in cerca di conoscenze.

Un'indagine italiana su giovani omosessuali, maschi e femmine, ha fatto emergere che 3 omosessuali su 4 hanno subito ingiurie o minacce verbali a scuola e 1 su 3 ha subito soprusi e maltrattamenti fisici.

La questione del bullismo anti-gay è numericamente rilevante.

Da un'indagine finanziata dall'Unione Europea e condotta su quasi 500 studenti e insegnanti delle scuole superiori è emerso che più della metà dei ragazzi e delle ragazze (53,5%) sente pronunciare spesso o continuamente, a scuola, parole offensive per indicare maschi omosessuali o percepiti come tali e i docenti tendono a sottovalutare il fenomeno. Da altre ricerche risulta inoltre che i tentativi di suicidio tra i giovani omosessuali sono il doppio di quelli dei coetanei eterosessuali.

Circa il 5-7% della popolazione ha un orientamento prevalentemente omosessuale e che circa il 20-30% della popolazione ha quindi un familiare omosessuale.

Molti genitori, influenzati dagli stereotipi e dai luoghi comuni, inizialmente si spaventano e quindi possono mettere in atto diversi comportamenti, dalla negazione,



Ostano, D. – *Counseling, omosessualità e omofobia*

come fuga dalla realtà, alla punizione o al senso di colpa, ma comunque non sollevando il figlio o la figlia dalle sue percezioni di problematicità.

Il lavoro da effettuare è di sensibilizzazione rispetto alla società in cui le persone vivono, partendo dalle scuole anche di livello inferiore.

Bisogna partire dai bambini perchè sono loro che cresceranno e creeranno possibilmente una nuova generazione più aperta e più tollerante verso ogni differenza sociale.

I bambini da soli non sono in grado di discriminare, ma imparano a farlo attraverso ciò che apprendono e che introiettano dagli adulti di riferimento.

Il lavoro deve essere anche di orientamento con gli insegnanti per favorire un processo a cascata di apertura e non più di tabù ad esempio rispetto all'omosessualità.

Negli Stati Uniti più di dieci anni fa è stato realizzato il film documentario *It's elementary* di Debra Chasnoff, in cui venivano mostrati educatori delle scuole elementari che affrontavano i pregiudizi omofobici con i loro studenti. Il film conduce il pubblico all'interno di sei classi, dove risulta chiaro che anche i più piccoli hanno già sentito parlare di persone omosessuali e hanno assorbito atteggiamenti negativi nei loro confronti. Il messaggio del video è che l'omofobia si radica in fretta e ferisce la gente e che la scuola è un luogo privilegiato per educare alla tolleranza.

It's still elementary è invece una sorta di seconda parte di quel film: oltre a raccontare la genesi del documentario d'origine e la sua travagliata storia, vede la regista incontrare a distanza di 10 anni quegli stessi bambini, per capire se e come è servito loro fare parte di quel progetto. Il documentario, nato dall'impegno coraggioso di una madre lesbica, dimostra come gli atteggiamenti omofobici siano assorbiti fin



Ostano, D. – *Counseling, omosessualità e omofobia*

dalla più tenera età, e si propone, al tempo stesso, come uno strumento educativo, soprattutto per il personale docente.

Infatti ancora oggi viene usato per la formazione degli insegnanti come si può vedere nel documentario più recente.

Un'altra possibilità di lavoro è all'interno delle scuole superiori attraverso l'istituzione della figura di tutoring.

Solitamente viene effettuata una prima formazione sulle classi intermedie a tema la tolleranza contro forme di bullismo, omofobia e altre discriminazioni, poi in un secondo momento si procede alla candidatura e selezione di alcuni studenti. Ragazzi interessati a diventare punto di riferimento responsabile, attivo, affettivo e stabile per i più giovani. Attraverso il supporto di questi ragazzi viene passata una nuova cultura della tolleranza, della legalità e dell'affettività.

Ad esempio può essere effettuata l'accoglienza ai più piccoli all'ingresso in prima superiore o essere il punto di riferimento a cui riferirsi in momenti di difficoltà individuali o di gruppo.

E' chiaro che non devono essere lasciati soli ed è fondamentale che vi sia un esperto a seguirli e non gli insegnanti per non creare confusioni di ruolo.

Inoltre credo che proprio grazie ai presupposti del lavoro di counseling sia possibile sostenere molte persone a percorrere la propria strada, sia persone LGBT sia i genitori degli stessi.

Secondo Rollo May, uno dei padri fondatori del counseling insieme allo psicologo statunitense Carl Rogers, «il counselor ha il compito di favorire lo sviluppo e l'utilizzazione delle potenzialità del cliente, aiutandolo a superare eventuali problemi di personalità che gli impediscono di esprimersi pienamente e liberamente nel mondo



Ostano, D. – *Counseling, omosessualità e omofobia*

esterno. [...] Il superamento del problema, la vera trasformazione, comunque, spetta solamente al cliente: il counselor può solo guidarlo, con empatia e rispetto, a ritrovare la libertà di essere se stesso». ⁴

Il lavoro di aiuto alla persona LGBT ha come obiettivo una condizione di empowerment dell'individuo rispetto alla possibilità di assumersi completamente la responsabilità di vivere una vita piena e appagante sia a livello di autopercezione e stima di sé e delle proprie capacità sia in termini di relazioni interpersonali.

E' vero che lavorare sulle difficoltà nella vita quotidiana con persone omosessuali dovrebbe essere uguale a ciò che si mette in atto con persone eterosessuali, ma spesso la differenza sta in alcune tematiche specifiche e rilevanti legate alla visibilità, alla famiglia e alla genitorialità.

Il lavoro è centrato sul qui ed ora e sulle emozioni provate nei vari contesti di vita e su come vengono affrontate quotidianamente nell'interazione e nella comunicazione con gli altri.

L'attività di counseling fornisce: «[...] la possibilità di offrire un orientamento o un sostegno a singoli individui o a gruppi, favorendo lo sviluppo e l'utilizzazione delle potenzialità del cliente». ⁵

Il counseling è un approccio centrato sulla persona e sull'esperienza del soggetto. Vale a dire che è la persona, il cliente, a guidare il processo di aiuto, e il counselor si

⁴ May, R. (1991) *L'arte del counseling*, Roma, Astrolabio-Ubaldini

⁵ Definizione dell'attività di counseling data dalla S.I.Co. - Società Italiana di Counseling



Ostano, D. – *Counseling, omosessualità e omofobia*

presenta come “esperto”, ma anche come facilitatore delle dinamiche che intervengono all’interno della relazione di aiuto.

Il counselor è la figura professionale che, avendo seguito un corso di studi almeno triennale, ed in possesso pertanto di un diploma rilasciato da specifiche scuole di formazione di differenti orientamenti teorici, è in grado di favorire la soluzione di disagi esistenziali di origine psichica che non comportino tuttavia una ristrutturazione profonda della personalità.

E’ chiaro che in situazioni di maggior difficoltà, di isolamento o di omofobia interiorizzata e radicata sarà preferibile un lavoro di psicoterapia. Allo stesso modo quando ci si rende conto che i livelli di angoscia sono profondi è preferibile effettuare un buon orientamento del cliente ed inviarlo o accompagnarlo da un altro professionista più indicato.

Il counseling, dal latino *consulo*, che significa “venire in aiuto di”, è una metodologia di consulenza fondata sul concetto di ascolto attivo e sulla piena attenzione rivolta alle risorse interne e alle potenzialità della persona.

Secondo la FAIP «Il Counseling è una relazione d’aiuto che muove dall’analisi dei problemi del cliente, si propone di costruire una nuova visione di tali problemi e di attuare un piano di azione per realizzare le finalità desiderate dal cliente (prendere decisioni, migliorare relazioni, sviluppare la consapevolezza, gestire emozioni e sentimenti, superare conflitti) ». ⁶

E’ difficile per una ragazza lesbica ad esempio crescere in un paese di provincia e all’interno di una famiglia cattolica.

⁶ Definizione approvata al Convegno Nazionale Faip di Ostia, 13 febbraio 2006



Ostano, D. – *Counseling, omosessualità e omofobia*

Il rischio è di chiudersi e non utilizzare tutte le buone potenzialità che la persona ha, tanto più se le altre sorelle invece fanno carriera, si sposano ed hanno dei figli. Può accadere di avere relazioni sbagliate ed iniziare ad avere una vita un po' sregolata e dedita all'abuso di alcolici.

In un momento di estrema difficoltà, la perdita della madre, la ragazza ormai trentenne ha deciso di chiedere aiuto e di iniziare ad affrontare le sue fughe dalla realtà effettuate attraverso l'alcol e le relazioni difficili.

Quasi come in un'attività di coaching il counselor può aiutare la persona a ritrovare tutte le sue qualità e risorse e a sperimentarle nella vita quotidiana, accompagnandola verso una strada nuova, più alla luce del sole e quindi più soddisfacente.

Per Carl Rogers il counselor deve essere in grado di affiancare ad una estrema flessibilità a livello di strumenti e metodologie operative, una forte consapevolezza nei confronti dell'ambito valoriale.

Con una persona che non si sente accolta nella vita di tutti i giorni, credo che siano i valori, che stanno alla base del modello rogersiano, empatia, ascolto, onestà e accettazione a rappresentare il primo strumento di lavoro di un counselor. Forse a volte si può proprio partire dalla sfiducia e lavorare con la persona nella sperimentazione della possibilità di provare fiducia.

La fiducia diviene anche autostima.

«Il counselor può indicare le opzioni di cui il cliente dispone e aiutarlo a seguire quella che sceglierà. Il counselor può aiutare il cliente a esaminare dettagliatamente le situazioni o i comportamenti che si sono rivelati problematici e trovare un punto piccolo ma cruciale da cui sia possibile originare qualche cambiamento. Qualunque



Ostano, D. – *Counseling, omosessualità e omofobia*

approccio usi il counselor [...] lo scopo fondamentale è l'autonomia del cliente: che possa fare le sue scelte, prendere le sue decisioni e porle in essere».⁷

Ho conosciuto una madre che ha deciso di chiedere aiuto. Per qualche anno aveva cercato di fingere con se stessa di avere accettato il figlio gay, ma in realtà evitando qualunque discorso al riguardo, non volendo vedere la casa dove era andato a stare ed evitando sempre con delle scuse plausibili di conoscere il compagno.

Dopo un periodo in cui la notte faticava a dormire e in alcuni momenti l'ansia le impediva di effettuare alcune attività semplici, ha deciso di occuparsi inizialmente di se stessa ed in secondo luogo delle sue relazioni affettive.

La sua insensibilizzazione al dolore e alla paura del giudizio degli altri, era andata oltre al rapporto con il figlio e piano piano era emersa la sua aridità affettiva ed emotiva ad esempio anche con il marito che sembrava aver accettato l'omosessualità del figlio.

Era lei come madre che si sentiva in colpa e si giudicava per aver sbagliato qualcosa nella crescita del figlio invece di vedere come le cose stavano realmente. Aveva dato insieme al marito una buona educazione al figlio, dei buoni valori, ma per lei sempre in cerca della perfezione, non era mai abbastanza.

Accorgendosi quante volte si giudicava in una giornata si accorse di quanto non si era permessa di accettarsi per quello che era e tanto meno il figlio.

⁷ Definizione dell'attività di counseling fornita dalla BACP - *British Association for Counselling and Psychotherapy*



Ostano, D. – *Counseling, omosessualità e omofobia*

Una maggior accettazione di se stessa le ha permesso di guardare gli altri in modo diverso e di accettare anche loro: marito e figlio.

La cosa migliore che un genitore possa fare, una volta venuto a conoscenza dell'omosessualità di un figlio o della figlia è quella anzitutto di confrontarsi e documentarsi sull'argomento, evitando comportamenti impulsivi ed automatismi, dettati dai pregiudizi e dalla scarsa informazione.

Il lavoro di gruppo può essere di aiuto offrendo la possibilità di non chiudersi, di confrontarsi sulle paure, di liberarsi dalla vergogna e in un secondo momento di aiutare altre persone a farlo.

A chi rivolgersi

Reti di professionisti sul territorio

<http://www.retenuovedipendenze.it>, Rete Nuove Dipendenze Patologiche, un progetto promosso da Mo.P.I. – Movimento Psicologi Indipendenti e Vertici s.r.l. Network di Psicologia e Scienze Affini. Direzione Scientifica: Dott.ssa Rosa Mininno.

Numeri utili

Vertici s.r.l. Network di Psicologia e Scienze Affini, via Leopardi n° 14, 50121 Firenze. Tel. 055 2342810 Fax 055 2477263 eMail info@vertici.com



Ostano, D. – *Counseling, omosessualità e omofobia*

Bibliografia

Danon, M. (2003) *Counseling. La terapia per aiutare gli altri ad affrontare i propri problemi con un nuovo spirito*, Red Edizioni

Graglia, M., Rigliano P. (2006) *Gay e lesbiche in psicoterapia*, Milano, Raffaello Cortina

Lingiardi, V. (2007) *Citizen gay. Famiglie, diritti negati e salute mentale*, Milano, Il Saggiatore

May, R. (1991) *L'arte del Counseling*, Roma, Astrolabio Ubaldini

Mucchielli, R. (1987) *Apprendere il counseling*, Trento, Erickson

Rinaldi, A. (2001) *Counseling e formazione*, Udine, Kappa Vu

Rogers, C. (2000) *La terapia centrata sul cliente*, Firenze, Psycho

Daniela Ostano, Assistente sociale, counselor iscritta al registro della FAIP, socio Mo.P.I., aderente alla "Rete Nuove Dipendenze" di cui è anche membro del gruppo di lavoro "Bullismo e omofobia", "Comunicazione", "Minoru" e "Pubblicità".