

# Educazione

## Strumenti

### Il gioco io sì/io no

Obiettivo: esplorare come ci si sente in qualità di appartenente a una minoranza.

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

Notate che: in questo gioco i ragazzi possono sperimentare la situazione di quelle lesbiche, quei gay e quei bisessuali che devono nascondere una parte significativa della loro vita. È importante che l’insegnante giochi insieme a loro rispondendo alle domande, muovendosi da un lato all’altro della classe. L’insegnante dovrebbe concludere rispondendo all’ultima domanda: “Chi non ha detto la verità almeno una volta durante questo gioco?” dicendo: “Io”, altrimenti la maggior parte dei ragazzi non oserebbe dichiarare di aver mentito.

### Indovinare i V.I.P.

Obiettivo: scoprire perché alcune persone sono interessate all’orientamento sessuale di altre.

Metodo: gli allievi devono identificare i V.I.P. (Very Important Persons: rockstar, attori, politici, ecc.) di cui conoscono l’orientamento sessuale. Da dove hanno acquisito l’informazione? La carriera di questo V.I.P. è stata influenzata dal fatto che il suo orientamento sessuale è stato reso pubblico? È stata una decisione del V.I.P. quella di rivelare pubblicamente la propria omosessualità? Perché gli studenti sono interessati a questo?

Notate che: l’insegnante non deve conoscere necessariamente se i V.I.P. nominati dagli studenti sono effettivamente gay/lesbiche. L’esercizio riguarda il come si è venuti a conoscenza (o si crede di essere venuti a conoscenza) dell’omosessualità di un V.I.P. e perché questo è considerato interessante dagli altri. È molto importante specificare che lo scopo di questo esercizio NON è quello di scoprire l’orientamento sessuale dei V.I.P.

## **Immaginiamo che...**

Obiettivo: capire il motivo per cui il processo del coming out può essere molto difficile per lesbiche, gay e bisessuali

Metodo: gli allievi si dividono in piccoli gruppi omogenei per sesso. In gruppo devono immaginare come cambierebbe la loro vita se fossero gay o lesbiche. Concedete tempo ai gruppi per riflettere su questo. Come si comporterebbero? Come reagirebbero i loro amici? Ipotizzano reazioni positive o negative? Perché?

Notate che: questo esercizio può essere imbarazzante per gli allievi lesbiche e gay, soprattutto se non hanno dichiarato la loro omosessualità. Dovrà quindi essere proposto con cautela. Se qualcuno ha difficoltà a immaginare di essere gay, potete suggerire di immaginare che la maggior parte di loro è omosessuale e solo poche persone sono eterosessuali. Cosa proverebbero quei pochi?

Suggerimenti alternativi: fate leggere agli studenti un pezzo tratto dall'autobiografia di un autore gay o lesbica.

# Educazione

## Strumenti

### La storia d'amore

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

**Metodo:** trovate un esempio di una storia d'amore omosessuale su una rivista giovanile (potete chiedere ai ragazzi di portarlo in classe; se non riescono a trovare una storia, si può utilizzare una foto per iniziare). Date uno sguardo critico al contenuto della storia e discutetene. Alcune domande possibili sono: qual è la funzione di una storia d'amore, in generale? Come sono rappresentate le relazioni gay/lesbiche in questa storia? La storia che informazione fornisce su questo tipo di relazione? Fornisce immagini stereotipiche di certe persone o di certi ruoli? Ecc.

**Notate che:** l'esercizio è adeguato a ragazzi di età uguale o superiore a 14 anni. Per essere efficace l'esercizio dovrebbe essere inserito all'interno di un ciclo di lezioni sui media. E' utile analizzare in maniera critica il giornalismo nelle sue funzioni e nella sua forma: chi scrive i testi per le riviste? Come lo fa? Chi fornisce loro le informazioni? Cos'è il buon giornalismo?

Se i ragazzi criticano la storia perché troppo convenzionale o stereotipata potrebbero tentare di creare una storia con le proprie foto.

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

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

**Metodo:** dividete i ragazzi in piccoli gruppi e distribuite un foglio sul quale sono indicate le seguenti categorie: Relazioni Eterosessuali, Relazioni Gay, Relazioni Lesbiche. Si chiede ai ragazzi nei piccoli gruppi di riflettere sui vantaggi, sugli svantaggi e sugli stereotipi di ciascuna categoria relazionale. Si scrivono poi i risultati sul foglio e li si discutono tutti insieme.

**Notate che:** l'esercizio è adeguato a ragazzi di età uguale o superiore a 14 anni. L'insegnante può intervenire approfondendo le risposte dei ragazzi chiedendo "Dove hai visto questo?" Gli stereotipi dovrebbero essere indagati in maniera critica e si dovrebbe spiegare come funziona la percezione selettiva.

### I Rossi, i Russo, i Rossini

**Obiettivo:** rendersi conto che il concetto di famiglia può assumere forme diverse.

**Metodo:** vi sono famiglie diverse con nomi assonanti. Tutte le famiglie hanno lo stesso numero di componenti (padre, madre, figlio, figlia, ecc.). Ogni ragazzo riceve un cartoncino che indica un'identità (il padre dei Rossi, la figlia dei Rossini, ecc.); le identità devono essere memorizzate e i cartoncini nascosti nelle mani dietro la schiena. Quando si dà il segnale di partenza, i membri della stessa famiglia devono trovarsi l'un l'altro e poi mettersi in posa per una foto di famiglia. Ciascuna famiglia si mette in posa di fronte agli altri e i ragazzi esterni al gruppo devono cercare di indovinare chi rappresenta chi nella famiglia. Poi si effettua un secondo turno del gioco. Questa volta alcuni cartoncini vengono cambiati all'insaputa dei partecipanti. Alcune famiglie ora hanno combinazioni diverse: in una famiglia ci sono due madri o due padri, in altre sono un solo genitore, in un'altra ancora può essere stato integrato un ex-partner. Domande possibili per la discussione di gruppo sono: qual è stata la tua reazione quando ti sei reso conto che c'erano due madri o due padri nel tuo gruppo? Conosci qualcuno che vive con due madri o due padri?

Che cos'è una famiglia? Cosa è importante per te in una famiglia? Quali forme di convivenza conosci? Di che cosa hai bisogno per sentirti "a casa"? Come vorresti vivere da grande?

Notate che: l'esercizio è adeguato a ragazzi di età uguale o superiore a 14 anni. È molto importante che i ragazzi non si rendano conto che le identità scritte sui cartoncini vengono alterate per il secondo giro – per evitare che se ne accorgano potete usare un altro mazzo di cartoncini già pronti. Nel secondo turno i ragazzi potrebbero irritarsi pensando che l'insegnante abbia sbagliato ad assegnare le identità ("Ha messo troppe madri in un gruppo!"). Si può dire loro che questo era stato pianificato.

# Educazione

## Strumenti

### Definire la normalità

**Obiettivo:** chiarire la relatività dei concetti di “normalità” e “anormalità” e trattare i temi dell'appartenenza e dell'esclusione da un gruppo e dei relativi svantaggi.

**Metodo:** raccogliete una serie di immagini di uomini e di donne. Chiedete ai ragazzi di inserire le immagini in un continuum che va dal “normale” all’“anormale”. Analizzate dove si trova il limite tra queste due polarità. Sicuramente esso varierà da persona a persona. Analizzate il motivo per cui questo limite viene stabilito in vari modi. Orientate la discussione dei ragazzi verso la definizione degli aggettivi “normale”, “anormale” e “diverso”. Riflettete con gli studenti su cosa significa far parte di un gruppo (insider) o esserne escluso (outsider). Ad esempio, definendo chi è l'insider, cioè chi è membro di un gruppo, automaticamente si stabilisce anche coloro che ne sono esclusi; analizzate quindi gli effetti dell'esclusione e come ci si può comportare in maniera rispettosa verso le differenze, comprese quelle relative all'orientamento sessuale.

**Notate che:** Questo esercizio è adatto anche a ragazzi molto giovani; tuttavia essi devono essere consapevoli del proprio punto di vista ed essere abituati ad elaborare criticamente le informazioni. I ragazzi che sono cresciuti in culture in cui prevale un'ottica “collettiva” troveranno l'esercizio difficile e saranno più attenti alle reazioni degli altri. Per ovviare a questo, la discussione può estendersi ai temi delle varie opinioni culturali in merito alla normalità e all'anormalità e della diversa pressione esercitata dai gruppi rispetto alla conformità a una norma sociale.

### L'integrazione della diversità

**Obiettivo:** includere le tematiche lesbiche, gay e bisessuali nei programmi scolastici

**Metodo:** cercate di integrare nella vostra lezione (matematica, storia, geografia, letteratura, educazione sessuale o alla salute) esempi di stili di vita gay/lesbica e bisessuale. In un esercizio di matematica potete utilizzare l'esempio di due donne che vivono insieme e che devono calcolare il numero di piastrelle necessarie per arredare il bagno. Se potete, menzionate personaggi omosessuali della storia (vedi anche la mappa “La storia e le culture”). Nell'educazione alla salute potete approfondire il discorso degli effetti del coming out sulle ragazze lesbiche e sui ragazzi gay.

**Notate che:** questo tipo di integrazione è possibile soltanto se la vostra scuola ha un atteggiamento, almeno in qualche misura, accettante nei confronti dell'omosessualità. Altrimenti menzionare esempi come quelli indicati potrebbe creare scompiglio in classe e richiedere una specifica discussione in merito. Di solito è meglio iniziare con una discussione generale sull'omosessualità, prima di passare ad utilizzare esempi concreti.

## Le etichette

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

Metodo: incollate sulla fronte di tutti i partecipanti un'etichetta che riporta un aggettivo (per esempio, "pigro", "rozzo", ecc.). Non permettete al partecipante di vedere cosa c'è scritto sulla sua etichetta. I ragazzi possono guardare le etichette degli altri ma non le devono rivelare. I partecipanti devono, quindi, portare avanti un semplice compito che richiede collaborazione (per esempio, il gruppo deve scegliere una ricetta e cucinare un pasto: dovranno decidere chi farà la spesa, chi cucinerà, chi laverà i piatti, ecc.). Durante l'esercizio gli studenti devono interagire come se gli altri fossero effettivamente così come è indicato sull'etichetta. Interrompete l'esercizio dopo alcuni minuti e discutete gli effetti che esso ha provocato. Di solito i partecipanti si sentono disorientati, a volte frustrati e molti iniziano a comportarsi in maniera coerente con la propria etichetta. Questa è una dimostrazione di come funzionano gli stereotipi. Estendete la discussione alle etichette usate per le lesbiche, i gay e i bisessuali.

Notate che: quest'esercizio funziona meglio quando gli studenti si conoscono e hanno un certo grado di confidenza reciproca. Con i gruppi di nuova formazione c'è il rischio che i ragazzi si offendano involontariamente. Cercate di non attribuire le etichette più negative alle persone che sono già escluse dal gruppo classe.

# Educazione

## Strumenti

### **Parlare della “normalità”**

**Obiettivo:** discriminare i significati statistico, legale e morale di “norma” al fine di dimostrare che quello di “normalità” è un concetto tanto storico quanto relativo. Un ulteriore obiettivo consiste nel ricordare ai ragazzi che l’omosessualità un tempo era considerata una malattia ed è ancora ritenuta tale in alcune culture, e che questa credenza ha degli effetti negativi sulla salute psicofisica delle persone lesbiche, gay e bisessuali che vivono in questi contesti culturali.

**Metodo:** ciascun ragazzo deve compilare una scheda nella quale sono riportati alcuni comportamenti e alcune situazioni (per esempio, la masturbazione, le unioni omosessuali, l’esclusione dalla propria dieta della carne di maiale, alcune malattie, la disabilità, l’età ecc) sui quali deve esprimere un’opinione circa la loro “normalità”.

Notate che: si tratta di un esercizio introduttivo.

### **Brainstorming sul tema della salute**

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

**Metodo:** chiedete alla classe il significato della parola “salute”. Raccogliete tutte le risposte senza operare nessun tipo di selezione e discutetele prima in piccoli gruppi e poi tutti insieme.

Notate che: i ragazzi dovrebbero già conoscere i concetti di “stigma” e “discriminazione”. Specificate che la salute non riguarda soltanto il corpo, ma anche la qualità delle relazioni dell’individuo con l’ambiente sociale e la capacità di ognuno di affrontare i problemi.

Ricordate che lo stigma può influenzare l’autostima e perciò avere un impatto sulla salute delle persone. I gruppi stigmatizzati hanno minori risorse sociali per gestire questi problemi.

### **Educazione socio-affettiva: “litighiamo bene?”**

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

**Metodo:** stare bene con se stessi e con gli altri significa anche saper gestire i conflitti, riuscendo ad esprimere il proprio pensiero senza offendere gli altri.

Chiedete alla classe in che modo si può “litigare in pace”. Un punto fondamentale della discussione dovrebbe essere l’uso della prima persona singolare (“io”) anziché della seconda (“tu”); questo serve a usare i propri sentimenti come punto di partenza in un conflitto, così che l’altra persona non si senta attaccata. È importante che tutti possano parlare liberamente senza il timore di sentirsi giudicati e senza prevaricare.

Notate che: si tratta di un esercizio introduttivo. Ricordate che la salute psicofisica dipende dalla nostra capacità di relazionarci con gli altri.

## **L'opinione degli altri**

Obiettivo: conoscere gli effetti del giudizio sociale sul benessere delle persone.

Metodo: leggete il pezzo estratto dal libro di Toni Morrison "L'occhio più azzurro" quando la protagonista, che ha origini africane, afferma di volere gli occhi azzurri. Chiedete al gruppo perché la ragazza desidera gli occhi di un altro colore. Perché gli occhi azzurri sono preferibili a quelli marroni? Dove lo ha imparato? Quali vantaggi sono legati agli occhi azzurri?

Notate che: sarebbe utile se i ragazzi potessero leggere tutto il libro; in alternativa, l'insegnante può leggere a voce alta quel particolare episodio della storia e intavolare poi una discussione.

# 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.) sono...". 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 sulle lesbiche e sui gay.

**Notate che:** se non è già evidente, esplicitate 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 marocchina, è meglio evitare di includere i marocchini nell'esercizio.

### 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 appartengono (ad esempio, uomini, turchi, giocatori di calcio, scout, vegetariani, ecc.). Distribuite tre fogli a ciascuno studente e chiedete loro di scrivere su ciascuno 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:** l'esercizio 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.

# Educazione

## Strumenti

### Considerazioni generali

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

Separate i ragazzi dalle ragazze se notate che non riescono a parlare apertamente gli uni di fronte agli altri. Dopo che hanno lavorato separatamente per un certo tempo ricongiungete i due gruppi e lasciate raccontare agli adolescenti di cosa hanno parlato e cosa hanno apprezzato del lavoro eseguito separatamente.

Nella discussione sulle sessualità è importante includere l'omosessualità non trattandola come inferiore e meno normativa dell'eterosessualità. Tenete presente, inoltre, che poiché gli adolescenti si sentono insicuri rispetto alla propria sessualità, ne parlano spesso in modo provocatorio.

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

Può essere utile invitare ospiti lesbiche e gay e/o persone che svolgono progetti di educazione sessuale (vedi gli Indirizzi utili nella sezione Risorse), ma cercate di non delegare completamente l'argomento ad altri. I ragazzi potrebbero interpretare questo atteggiamento come un segnale di imbarazzo a trattare l'omosessualità.

### Il carosello

Obiettivo: superare la vergogna ed incoraggiare gli adolescenti a parlare di sessualità

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

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

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

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

## Educazione sessuale e omosessualità

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

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

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

## Dalla discriminazione alla sessualità

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

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

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

# Educazione

## Strumenti

### La realtà e la rete del pregiudizio

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

Metodo: chiedete ai giovani cosa pensano quando sentono i termini “comunità lesbica” e “comunità gay”. Scrivete i loro commenti alla lavagna creando dei collegamenti tra le diverse parole che mostrino le associazioni. Usate colori diversi per scrivere i commenti positivi e quelli negativi (ad esempio, commenti negativi in giallo, commenti positivi in verde). Chiedete perché ci sono più commenti gialli che verdi ed esaminate quale di questi commenti rappresentano dei dati oggettivi e quali dei pregiudizi, e quali sono opinioni e sentimenti personali. Verificate quali sono i dati conosciuti sulla comunità lesbica o gay e come i giovani li hanno acquisiti.

Nel corso dell'esercizio fornite informazioni sulla comunità omosessuale e sulla sua storia. Concludete la lezione chiedendo se questo esercizio ha portato a un cambiamento nel modo di vedere degli studenti.

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

Per la maggior parte delle minoranze è importante avere dei punti d'incontro nei quali sentirsi a proprio agio e poter affermare la propria identità. In questo modo viene facilitato il processo d'“integrazione” con l'ambiente circostante piuttosto che di mera “assimilazione”.

### Il Gay Pride

Obiettivo: esaminare il bisogno di visibilità delle lesbiche e dei gay.

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

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

## **E' un mondo etero...**

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

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

Notate che: questo esercizio è possibile soltanto in un gruppo in cui i ragazzi si sentono relativamente protetti. Si può integrare questo esercizio nello svolgimento dei normali programmi scolastici chiedendo agli studenti di rappresentare quello che provano disegnando, dipingendo o scrivendo un tema o un racconto. Questo approccio individualizzato rende più semplice l'esercizio rispetto al lavoro in gruppi o classi ostili all'argomento, ma richiede una maggiore abilità artistica o creativa da parte degli studenti.

# Educazione

## Strumenti

### Storie

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

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

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

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

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

### Eroi ed eroine

**Obiettivo:** esplorare l'importanza dei personaggi storici come modelli di ruolo per i giovani gay e lesbiche.

**Metodo:** invitate gli studenti ad elencare personaggi storici importanti che, per qualche aspetto, percepiscono come modelli. Cercate di scoprire perché tali persone sono importanti come esempi di creatività, indipendenza, forza, sincerità,.... Fate attenzione a quali esempi scelgono gli adolescenti che appartengono ad una minoranza e chiarite se ciò è in relazione con la loro posizione. In seguito spiegate agli adolescenti che è particolarmente importante per le minoranze avere un modello di ruolo a cui rifarsi. Chiedete agli studenti la ragione di questo (poiché le minoranze sono poco apprezzate, gli esempi e i modelli di ruolo positivi aiutano a correggere l'immagine negativa) e aiutateli a formulare le loro opinioni.

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

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

Un'altra possibilità consiste nell'approfondire la rappresentazione dei gay e delle lesbiche nel cinema, mostrando il film documentario "Lo schermo velato" e discutendone i contenuti con gli adolescenti.

# Educazione

## Strumenti

### Una lettera a Cristina

Obiettivo: avviare una discussione sul rapporto tra omosessualità e Chiesa e promuovere l'empatia.

Metodo: raccontate ai ragazzi la seguente storia: “Cristina è cattolica e profondamente religiosa. Al tempo stesso si sente molto attratta dalle donne. Da poco si è innamorata di Charlotte e adesso non ha più alcun dubbio sui suoi sentimenti. Ma trova molto difficile conciliare tali sentimenti con la propria religione, e ha paura della reazione dei suoi genitori e delle sue amiche e amici. Ha scritto in maniera anonima alla rubrica di una rivista nazionale: “I miei genitori e la mia Chiesa condannano i rapporti lesbici. Ma ho letto che in alcune chiese protestanti, le coppie lesbiche possono sposarsi. Cosa devo fare?”.

Fate scrivere dagli adolescenti una lettera a Cristina, con la quale cercheranno di offrirle aiuto e nuove idee. Discutete degli aspetti positivi dei diversi consigli forniti.

Notate che: i ragazzi sicuramente daranno a Cristina diversi consigli che andranno dalla negazione all'accettazione dei suoi sentimenti. Focalizzate la vostra attenzione sulle lettere dei ragazzi. Discutete le loro opinioni a proposito dei sentimenti personali e del legame tra religione e intolleranza culturale e sociale.

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

### L'accettazione dell'altro

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

Metodi: cominciate spiegando ai ragazzi che il concetto dell'amore per il prossimo è importante in tutte le religioni del mondo. In prima battuta domandate se condividono questo valore. In caso affermativo invitateli a discutere su come applicare tale concetto a lesbiche, gay e bisessuali.

Notate che: è consigliabile conoscere le argomentazioni che possono portare i ragazzi nel dibattito (ad esempio, potrebbero ritenere che l'amore per il prossimo implichi non permettere al prossimo di peccare; in questo caso potreste rispondere che l'attenzione per il prossimo non dovrebbe limitare la sua libertà di scelta). Non consentite che la discussione si limiti a testi o regole religiose. Rivolgete l'attenzione, invece, agli aspetti spirituali e “calorosi” della religione. È importante durante la discussione trattare gli adolescenti con equità e stare attenti a non “predicare la tolleranza”.

Può accadere che gli studenti in linea di principio riconoscano l'importanza del rispetto e dell'accettazione dell'altro ma provino ugualmente emozioni negative rispetto all'omosessualità; in tal caso accettate i loro sentimenti ed esplorate come si relazionano ad essi.

## **“La guarigione”**

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

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

Notate che: utilizzate l'esercizio soltanto se il tema è emerso in classe in qualche occasione, altrimenti si rischia di esporre gli studenti alla propaganda anti-gay. Fornite ai ragazzi delle informazioni equilibrate sulle cosiddette “cure” per l'omosessualità. Le informazioni essenziali dovrebbero almeno fare chiarezza sul fatto che non è possibile “modificare” i sentimenti omosessuali in eterosessuali.

# Counselling

## Strumenti

### Una lesbica/un gay è...

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

**Metodo:** suggerite al cliente adolescente di dire ad alta voce la frase: "Una lesbica/un gay/un bisessuale è..." e di completarla aggiungendo qualsiasi cosa gli venga in mente. Il cliente ripete la frase diverse volte fino a che non sono emerse una molteplicità di affermazioni. Questo permette all'adolescente di lavorare sugli stereotipi e sui pregiudizi che ha interiorizzato. Per esempio, un'adolescente lesbica potrebbe dire al suo counsellor: "Una lesbica non è femminile; questo è disgustoso".

**Notate che:** prima di usare questo esercizio, è necessario stabilire una relazione di fiducia con il cliente che lo faccia sentire a proprio agio e gli consenta di aprirsi; è utile iniziare dicendo al cliente che tutto quanto dirà andrà bene e che non c'è nulla di sbagliato.

### Le due sedie

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

**Metodo:** mettete una sedia di fronte al ragazzo e chiedetegli di immaginare che una parte di sé è seduta lì. Spiegate che questa è la parte che è indecisa se rivelare o meno il proprio orientamento sessuale e che lo porta a nascondere. Il cliente deve allora rivolgersi a questo alter ego. In seguito, il cliente si sposta su quella sedia e cerca di spiegare come si sente dopo aver ascoltato l'altra parte di sé.

**Notate che:** assicuratevi che il cliente consideri sia gli aspetti positivi che negativi del suo possibile coming out. Questo esercizio può essere particolarmente indicato quanto un cliente si è già interrogato sugli aspetti cognitivi del coming out, ma ha ancora problemi a trattare con gli aspetti emozionali. Non può, perciò, essere utilizzato all'inizio del percorso di counselling.

### Il coming out all'interno della famiglia

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

**Metodo:** si chiede al cliente di immaginare di rivelare il proprio orientamento omosessuale alla famiglia. Come lo farebbe? Cosa direbbe? Quale sarebbe a suo avviso la reazione dei genitori? Quali sarebbero le sue reazioni? Cosa prova nel fare questo esercizio di immaginazione?

**Notate che:** non cercate di persuadere il cliente a fare il coming out. Anche quando questo esercizio funziona, deve rimanere una decisione del cliente.

# Counselling

## Strumenti

### Una questione di scale

Obiettivo: aiutare la coppia a formulare le loro aspettative all'inizio del counselling.

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

Alcuni esempi:

- Le possibilità che tra un anno staremo ancora insieme sono molto basse / molto alte.
- Le risorse che abbiamo per affrontare insieme una crisi sono poche/ molte.
- Dopo le sedute di counselling il nostro problema sarà più piccolo / più grande (trattarlo sarà più facile / più difficile).
- Personalmente possono contribuire poco / molto alla soluzione del problema.
- Il mio partner può contribuire poco / molto alla soluzione del problema.

Notate che: l'uso di domande circolari aiuta a chiarire il punto di vista di ciascun partner (per esempio: cosa penso? Cosa penso che l'altro pensi? Cosa si pensa che io pensi?). Perché questo risulti efficace, è importante che i counsellor pongano le domande allo stesso modo ai due partner. Le risposte a queste domande mostrano in quale direzione deve procedere il counselling. Se i partner esprimono pareri diversi, è importante lavorare sugli obiettivi comuni. In un secondo momento si può tentare di favorire il cambiamento chiedendo ai partner cosa succederebbe se cambiassero le loro valutazioni. Una sorta di compito a casa per la coppia tra una seduta e l'altra potrebbe consistere nel far finta, per uno o più giorni, che i cambiamenti positivi siano già avvenuti.

### L'ambiente sociale come supporto

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

Metodo: *Prima fase: strutturazione*

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

*Seconda fase: percezione*

I partner illustrano chi sono le persone rappresentate durante la fase precedente di "strutturazione" e spiegano il sistema dal loro punto di vista.

*Terza fase: le domande*

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

*Quarta fase: anticipazione dei cambiamenti*

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

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

# Counselling

## Strumenti

Innanzitutto, alcune brevi informazioni che potrebbero essere utili al lavoro di counselling:

- Agli adolescenti lesbiche, gay e bisessuali mancano dei modelli di ruolo positivi. Questo, ad esempio, potrebbe indurli a sentirsi insicuri e ad identificarsi con rappresentazioni stereotipiche degli stili di vita omosessuali fornite dai media. D'altro canto, essere un adolescente gay, lesbica o bisessuale può rappresentare un'opportunità per ripensare il proprio stile di vita in base ai propri desideri.
- Mostrate al vostro cliente che non esiste alcun criterio di valutazione oggettiva degli stili di vita. È importante richiamare l'attenzione sul fatto che il criterio essenziale per valutare il proprio stile di vita è il proprio sentimento di felicità e di soddisfazione.
- Informatevi sui gruppi locali di auto-aiuto che facilitano la condivisione di esperienze e vissuti.
- Alcuni adolescenti gay, lesbiche e bisessuali possono avere il timore di non poter avere una famiglia come gli eterosessuali. Spesso questa paura è connessa con l'insoddisfazione per la loro vita attuale. Tuttavia, molti di essi cambiano idea quando si rendono conto che possono avere un loro tipo di famiglia.

### Le due sedie

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

Metodo: disponete due sedie l'una di fronte all'altra. Una sedia simbolizza le aspettative esterne, l'altra i bisogni interni. Il cliente si siede prima su di una sedia, poi sull'altra e cerca di dire solo le cose che la sedia simbolizza. Come si sente sulle rispettive sedie? Cosa vorrebbe dire alla persona sull'altra sedia?

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

### Lo specchio

Obiettivo: esplorare le immagini di sé.

Metodo: il cliente dovrebbe chiudere gli occhi e immaginare di essere seduto di fronte a uno specchio che riflette la sua immagine. Che cosa criticerebbe dello stile di vita della persona che ha di fronte? Cosa ammirerebbe?

Notate che: questo metodo funziona su due livelli: potete riferirvi all'aspetto fisico del vostro cliente (questo è quello che farà la maggior parte degli adolescenti) o potete riferirvi ad altre caratteristiche, sentimenti e comportamenti che possono essere connessi con lo stile di vita. Affinché quest'esercizio funzioni occorre prestare attenzione che il cliente visualizzi se stesso come una persona che gli sta effettivamente di fronte e riesca a calarsi in quest'esperienza.

## **La buona fata**

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

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

Cosa prova il cliente e che cosa gli impedisce di vivere effettivamente così come desidera?

Notate che: non è importante verificare se i timori del vostro cliente siano giustificati. Anche nel caso in cui la sua rappresentazione non sia corrispondente alla realtà, dovete prendere seriamente le sue paure, altrimenti non si sentirà compreso. Le personali costruzioni di sé e del mondo esprimono una verità soggettiva che non solo influenza lo stato emotivo della persona, ma le sue scelte e, in qualche misura, tutta la sua vita.

# Counselling

## Strumenti

Nella maggior parte delle situazioni sociali si parte dal presupposto che le persone siano eterosessuali; per questo motivo il coming out per molte lesbiche, gay e bisessuali può risultare difficile. Il counsellor può facilitare questo processo di svelamento utilizzando un linguaggio neutrale che non dia per scontato nulla della vita personale del cliente.

Il counsellor deve saper valutare se è necessario affrontare direttamente la questione dell'orientamento sessuale e focalizzare il proprio intervento su questo tema o se questo aspetto è irrilevante alla fine del counselling.

Se avete la sensazione che i problemi di un cliente derivino da aspetti legati al suo orientamento sessuale, potete esplorare quest'area ponendo alcune domande. Fate particolare attenzione a porre con tatto e con cautela queste domande e non costringete il cliente a svelare il proprio orientamento sessuale.

Se il cliente appartiene a un altro background etnico o culturale, i problemi relativi al suo orientamento sessuale possono essere molto più rilevanti per l'influenza che esercitano la religione e la famiglia di appartenenza. Assicuratevi che durante il counselling venga, se saliente, rivolta attenzione ai conflitti che possono sorgere tra i valori familiari, quelli religiosi e le norme culturali relative alla (omo-/bi-) sessualità della società ospite.

Ricordatevi che non tutte le lesbiche e non tutti i gay o i bisessuali hanno problemi con il loro orientamento sessuale. La sfida consiste nel trovare un punto di equilibrio tra ignorare il problema e sottolinarlo eccessivamente quando in effetti l'orientamento sessuale non rappresenta un'area problematica. Questo compito può essere particolarmente delicato quando si ha a che fare con gli adolescenti che, per motivi evolutivi, si stanno interrogando sulla propria identità.

### Lavorare sull'autostima

Obiettivo: indagare l'impatto dell'omofobia interiorizzata.

Metodo: consegnate un foglio al cliente nel quale dovrà scrivere 10 aggettivi che lo rappresentano. Chiedetegli quindi di scrivere altri 10 aggettivi che rappresentano, invece, come vorrebbe essere. Ora chiedete al cliente di contraddistinguere ogni aggettivo con un segno positivo o negativo. Esaminate il significato degli aggettivi, confrontate le due liste ed esploratene i significati personali

Notate che: questo esercizio può essere usato per esaminare come il cliente percepisce se stesso. Non significa necessariamente che l'orientamento sessuale sia implicato, ma consente di verificare che esso non rappresenti un'area problematica.

## Le rappresentazioni dell'omosessualità

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

Metodo: ponete al cliente le seguenti domande:

- Come si poneva l'ambiente sociale nel quale siete cresciuti nei confronti dell'omosessualità?
- Veniva accettata o tollerata?
- Le lesbiche e i gay venivano allontanati o condannati?
- Qual è il primo libro, spettacolo televisivo o film che ricorda nel quale venivano menzionati le lesbiche e i gay?
- Qual era il tono di questo libro, spettacolo o film?
- In che modo veniva descritto il personaggio lesbica o gay? Era una figura positiva o negativa?

Notate che: questa proposta può essere usata per quei clienti che mostrano un alto livello di omofobia interiorizzata e che aderiscono a rappresentazioni stereotipate dell'omosessualità.

# Counselling

## Strumenti

### Chi sono?

**Obiettivo:** accompagnare il cliente nell'esplorazione della propria identità analizzando i significati e le emozioni connesse.

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

**Notate che:** non date per scontata l'identità sessuale del vostro cliente. Esplorare questi aspetti richiede una collaudata "alleanza terapeutica" e un percorso piuttosto lungo.

### Violenza anti-gay

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

**Metodo:** il cliente 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 il cliente esprima le proprie emozioni. Quali ripercussioni ha avuto quest'esperienza sull'identità lesbica, gay o bisessuale del cliente, sull'immagine di sé? 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 counselling con persone vittime di abusi e violenze. Nel caso voi e il vostro cliente riteniate utile avviare azioni legali, 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.

# Counselling

## Strumenti

### Il mio corpo

Obiettivo: aiutare i giovani a comprendere meglio le proprie emozioni rispetto alla sessualità e l'immagine di sé.

Una parte significativa dell'identità di un uomo o di una donna è l'immagine che questo/a ha del proprio corpo e la percezione dei propri bisogni fisici. Il corpo è alla base delle emozioni di un individuo, dei suoi pensieri e del suo comportamento.

Metodo: Poiché una parte significativa dell'identità di un uomo o di una donna è rappresentata dall'immagine che questo ha dei propri bisogni fisici e della loro soddisfazione, ponetevi o ponete al cliente le seguenti domande:

- Che importanza attribuisco al vestito? Cosa provo a svestirmi o a stare nudo?
- Come reagisco alle immagini delle donne lesbiche e degli uomini gay che vedo in pubblico?
- Quale parte del mio corpo trovo che sia la più bella?
- Quali parti del mio corpo sono per me di particolare importanza?
- Quali parti del mio corpo non mi piacciono? Come me lo spiego? Come gestisco i miei sentimenti?
- Che cosa ho imparato da mia madre e da mio padre su come è considerato il corpo? Cosa ho imparato da loro sulla nudità e sulla sessualità?
- Come hanno reagito mio padre e mia madre al mio aspetto esteriore? Mi ha aiutato o mi ha ostacolato durante il mio sviluppo?
- Quali parti del mio corpo collego a desiderio sessuale/felicità/dolore? Come curo/tratto queste parti del mio corpo?
- Come si è sviluppato il rapporto con il mio corpo: nella mia infanzia, nella pubertà, oggi?

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

### La sessualità: ieri – oggi – domani

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

Metodo: avete bisogno di un foglio di carta della grandezza di un poster, un foglio di dimensioni A4, evidenziatori di diversi colori, una forbice e della colla. Il cliente divide il poster in tre parti uguali tirando delle linee verticali. Ciascuna sezione del poster è destinata ad una di queste domande: come vedevo la sessualità durante la mia pubertà? Come la vedo oggi? Come desidero vederla in futuro? Lasciate che il cliente scriva le risposte liberamente. In seguito fate tagliare al cliente la parte dedicata al futuro (terza parte a destra); al suo posto attaccate il foglio A4 bianco e di seguito attaccate la sezione del futuro (creando un collegamento, quindi, tra il presente e il futuro). Sul foglio il cliente scriverà le risposte alle seguenti domande:

- se penso alla mia sessualità, così come la desidero, cosa mi impedisce di realizzare tale visione?
- Chi o cosa mi aiuterebbe a superare questi ostacoli?
- Quale dei miei desideri rispetto alla mia sessualità è già diventato realtà?
- Chi mi può supportare nella realizzazione di quello che desidero?

Notate che: questo esercizio aiuta il counsellor a ricevere informazioni sul punto di vista del cliente rispetto alla sessualità. Chiarisce anche il modo di vedere il suo futuro, aiutando il cliente a identificare le risorse disponibili per raggiungere gli obiettivi stabiliti. Sulla base di tali informazioni si possono definire gli obiettivi per le successive sedute di counselling. Inoltre il counsellor e il cliente possono stimare quanto è opportuno continuare a lavorare sulla sessualità.

## **L'esercizio delle tre sedie**

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

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

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

# Counselling

## Strumenti

Riflettete sulle seguenti domande:

- Che cosa potete consigliare al vostro cliente se si sente isolato?
- Che cosa potete consigliare al vostro cliente se è interessato alla comunità lesbica e gay ma ha dei timori a riguardo?
- Quali altre comunità conoscete oltre a quella gay/lesbica?
- I servizi e le attività offerte dalla comunità lesbica e gay della vostra città sono adeguati al background culturale e individuale del vostro cliente?
- A quali gruppi specifici appartiene il vostro cliente oltre a quello omosessuale (ad esempio, gruppi religiosi, etnici, di genere, ecc.)?
- Esistono nella vostra zona gruppi per persone che appartengono a due o più minoranze ( ad esempio, gay turchi, lesbiche ebrei, ecc.)?

### **Una rete sociale per lesbiche e gay**

Obiettivo: aiutare il cliente a riflettere sulla sua posizione all'interno della rete sociale lesbica/gay.

Metodo: cercate di far emergere le idee del vostro cliente sulla comunità lesbica e gay.

Sente di appartenere a questa comunità? Perché? Associa la comunità con idee e immagini negative? Si incontra con altri gay o altre lesbiche fuori dalla comunità?

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

# Counselling

## Strumenti

### Scoprire i messaggi storici e culturali sull'omosessualità

**Obiettivo:** la ricerca di messaggi storici e culturali sull'omosessualità rilevanti per la situazione personale del cliente.

**Metodo:** date al cliente qualcosa da leggere sui diversi modi di vedere l'omosessualità in epoche storiche e in culture diverse. Chiedete quali messaggi sulla sessualità e sull'omosessualità gli sono stati trasmessi durante l'infanzia e l'adolescenza. Spiegate come le lesbiche e i gay siano influenzati, nel modo di percepire se stessi e la propria identità, dalla propria storia e dalla propria cultura.

Utilizzate il confronto con un'altra storia che possieda un altro punto di vista sull'omosessualità (sarebbe particolarmente utile se poteste trovare una storia adeguata alla cultura del cliente).

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

### L'albero genealogico della "famiglia allargata"

**Obiettivo:** la ricerca di messaggi storici e culturali sull'omosessualità rilevanti per la situazione del cliente.

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

1. Qual è la posizione di ognuno?
2. Da dove vengono, dove sono nati?
3. Quale di queste persone ha avuto un ruolo importante nell'insegnarle qualcosa sulla sua storia e sulla sua sessualità?
4. Quale di queste persone le ha trasmesso messaggi sull'omosessualità?  
Di che tipo di messaggi si trattava?
5. Quali membri della famiglia sono rappresentati in quest'albero genealogico?  
Quale di queste persone la sostengono?
6. Come si comporta con coloro che eventualmente non l'approvano o hanno un atteggiamento negativo?
7. Come potrebbe aggiungere altre persone supportive al suo albero genealogico allargato?

**Notate che:** quest'esercizio potrebbe richiedere più sedute. Non spingete i vostri clienti a rispondere alle ultime domande se non sono ancora preparati psicologicamente. Molti clienti migranti con un orientamento omosessuale provano un tale senso di fedeltà alla loro rete sociale che non riescono a immaginare delle alternative. In alcuni casi essersi dichiarati in famiglia può aver provocato una crisi o una rottura con alcuni membri familiari, procedete quindi con cautela.

### Suggerimenti per una comunicazione interculturale

- Potete conquistare la fiducia del cliente se vi interessate alla sua famiglia. Molte culture attribuiscono una grande importanza ai legami familiari.
- Siate franchi se non conoscete le tradizioni e i costumi di una data cultura.
- Riflettete sul fatto che in determinate culture ai counsellor è riconosciuto molto prestigio e autorità.

# Counselling

## Strumenti

### La guida spirituale

**Obiettivo:** chiarire l'importanza della religione nella vita del cliente e identificare i suoi problemi rispetto al tema.

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

**Notate che:** tale esercizio può essere svolto in gruppo o in una seduta di counselling individuale. Badate al fatto che in alcune persone l'immagine di un rappresentante dell'autorità religiosa può suscitare sentimenti piuttosto negativi. Lasciate scegliere al cliente un personaggio che viene percepito come una vera guida spirituale.

### L'equilibrio tra sessualità e religione

**Obiettivo:** esaminare il ruolo svolto dalla religione nella vita del cliente. L'esercizio dovrebbe aiutarlo a trovare un equilibrio personale tra l'espressione della propria sessualità e la professione della propria religione e dei propri valori.

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

**Notate che:** tale esercizio può essere eseguito in gruppo o nel counselling individuale. Nel setting di gruppo la "religione" può essere trattata e discussa come tema centrale se rappresenta un tema importante per tutti. In questa discussione è indispensabile distinguere tra norme religiose e spiritualità. Le norme si riferiscono solitamente alle relazioni tra gli uomini, la spiritualità al rapporto personale con il divino. Nei casi in cui le norme religiose siano intransigenti verso l'omosessualità, l'accento dovrebbe essere posto sulla relazione personale con la divinità, senza eliminare la speranza di modificare le norme.

## **Role-playing (per il counselling di gruppo)**

Obiettivo: cercare possibili soluzioni al conflitto personale tra religione e omosessualità.

Metodo: una cliente recita la parte di una giovane lesbica e un altro la parte di un prete. La ragazza vuole parlare dei propri conflitti e chiedergli una guida spirituale (naturalmente potete modificare l'esercizio facendo interpretare la parte del giovane omosessuale a un ragazzo o cambiare il ruolo in quello di un giovane bisessuale). Il resto del gruppo osserva. Dopo qualche minuto cambiate i ruoli. Tutti i clienti che desiderano recitare una parte possono farlo. Quando la discussione tra il giovane e il religioso non porta nessun nuovo punto di vista, invitate il gruppo ad indicare cosa hanno notato e provato come attori e come spettatori.

Notate che: se i clienti esitano a recitare la parte della donna lesbica o dell'uomo gay, all'inizio recitate voi questa parte. Potrebbe essere utile recitare in maniera in qualche misura "inadeguata"; questo potrebbe indurre altre persone a tentare di fornire una performance migliore della vostra.

**Nota editoriale**

Orientarsi nella diversità.  
Come gli insegnanti e i counsellor  
possono costruire un ambiente  
accogliente per giovani lesbiche e  
gay in un contesto multiculturale

**Edito da**

Ministerium für Gesundheit,  
Soziales, Frauen und Familie des  
Landes Nordrhein-Westfalen,  
D-40190 Düsseldorf

**Versione internet**

[www.diversity-in-europe.org](http://www.diversity-in-europe.org)

**Autori**

Pascal Belling, Flora Bolter,  
Peter Dankmeijer, Martin Enders,  
Margherita Graglia, Karen Kraan,  
Stefan Timmermanns,  
Wolfgang Wilhelm

**Storie**

Adriana Stern

**Valutazione a cura di**

Floor Bakker, Ine Vanwesenbeeck  
(Rutgers Nisso Groep)

Il copyright di tutti i testi appartiene  
all'editore. La duplicazione e la  
ristampa, anche parziale, è permessa  
solo a condizione che venga citata  
la fonte.

Prodotto con il contributo del  
Programma d'Azione di lotta alle  
discriminazioni dell'Unione  
Europea.

Düsseldorf, Agosto 2004