

Atti del seminario con la dr.ssa Elena Buday del Centro “Il Minotauro” tenutosi il 15 Novembre dal titolo

## **Corporeità, orientamenti affettivi, identità di genere negli ADOLESCENTI**

L'adolescenza è il fenomeno organizzatore principale dei cambiamenti puberali: dal corpo infantile e prematuro si passa a un corpo assessuato. Attorno a questo cambiamento si organizzano molti altri cambiamenti che sono richiesti all'adolescente nella sua vita. Quando si è bambini si è ancora molto dipendenti perché è l'età degli apprendimenti, quindi anche l'età in cui si dipende molto dai propri genitori, anche dal punto di vista della capacità di pensare con la propria testa. E' certo che un bambino sta sviluppando le sue abilità cognitive ma non è ancora in grado, proprio per l'immatunità neurobiologica, di riflettere su di sé chiedendosi “chi sono io”. Ci sono dei livelli d'identità durante l'infanzia che sono ad esempio quella anagrafica e quella concreta. I bambini possono già rispondere alla domanda “chi sono” attraverso dei dettagli molto pratici: dicono il loro nome, cognome, raccontano cose del tipo “ho questa palla che mi piace molto”, “corro molto veloce”, “ho un fratello, un gatto”. Ma la piena acquisizione di una capacità matura di se stessi si raggiunge solo in adolescenza. “Separazione e individuazione dei miti affettivi primari” vuol dire che quando io sono un bambino, se la mamma mi tratta come un bravo bambino e mi dice “ah ma come sei bravo”, io mi sento brava. Invece se la mamma e il papà mi dicono “sei proprio un monellaccio”, allora mi sentirò un bambino poco amabile e poco bravo. Con l'adolescenza tutti noi siamo chiamati a cominciare a pensare a noi stessi, appunto con la nostra testa, a partire da ciò che sentiamo, non da quello che sappiamo (ci piace una cosa piuttosto che un'altra, stiamo bene in alcune situazioni invece che in altre). Il fatto di sapere che cosa ci piace, conoscere le nostre passioni e utilizzarle come progetto organizzante per la nostra identità, quindi arrivare a decidere “chi siamo”, non è un fatto scontato e automatico perché le emozioni durante l'infanzia vengono vissute come qualcosa di molto confuso e poco organizzato. Noi diventiamo capaci di percepirle e di farne i tasselli di costruzione del nostro sentire, del nostro sé e della nostra identità, attraverso il rispecchiamento e il riconoscimento che riceviamo intorno a noi. Questo rispecchiamento non si limita solo al sentire che cos'è buono e cos'è cattivo, ma anche alla capacità di organizzare e dare significato alle proprie emozioni e al proprio sentire. Si parlo molto del “coming out” esterno, cioè di quando un ragazzo, durante la crescita, deve comunicare ai suoi familiari e amici il proprio orientamento, eventualmente omosessuale. Questo lavoro, relazionale al sociale, viene preceduto spesso da un lavoro di coming out interno, cioè prima di arrivare a dire agli altri “io sono omosessuale” tanti ragazzi fanno fatica anche a dirlo a se stessi perché le pre-strutture

ricevute sono talmente forti da non mettere facilmente in grado di riconoscere la natura del proprio progetto e della propria passione. Questo vale per gli aspetti dell'orientamento affettivo, ma anche per tanti altri aspetti, per cui gli adolescenti hanno da capire un po' chi vogliono essere.

Lo si fa attraverso un'alternanza equilibrata di sperimentazione e impegno: la sperimentazione serve a conoscere il mondo e provare a guardarlo coi propri occhi e quindi scoprire cosa fa e non fa per me, scoprire che cosa degli insegnamenti ricevuti in famiglia mi appartiene e che cosa invece no. In adolescenza, quando ognuno di noi diventa quello che è, c'è il tema importante del lutto per le aspettative ideali che ogni genitore ha diritto di avere immaginandosi la propria vita in una certa maniera. Noi non siamo un ologramma prodotto dal pensiero di altre persone, siamo appunto degli individui con delle proprie emozioni, proprie passioni che diventano la base e il fondamento di un progetto identitario personale. Uno dei temi che si trovano non solo negli adolescenti omosessuali è quello di attraversare la necessità di deludere i propri genitori perché si comincia a fare le proprie scelte. Entrando nello specifico del coming out, la comunicazione di quest'aspetto anche nelle proprie famiglie con una maggiore apertura e capacità di accogliere gli aspetti prioritari non normativi del proprio figlio, è comunque un cambiamento perché difficilmente dei genitori si aspettano che il figlio sia omosessuale. Quest'aspetto, nella nostra cultura, è ancora molto minoritario, tenuto ai margini e quindi può risultare particolarmente delicato.

La crescita adolescenziale viene innescata da questi cambiamenti puberali che chiedono di organizzare tutta una serie di cambiamenti e quindi prepararsi a diventare adulti. Tutto ciò parte dalla mentalizzazione del corpo che è una delle prime tappe fisiologiche in cui ognuno di noi è costretto a uscire dall'onnipotenza infantile. I cambiamenti puberali arrivano non quando lo decidiamo noi. Così abbiamo dei ragazzini che non vedono l'ora di diventare alti, muscolosi come i loro compagni di classe che magari hanno anche la voce da uomo, mentre loro una vocina piccola. Viceversa, ragazze che si sviluppano, a loro dire, troppo presto e quindi si nascondono, si ingolfano. Le trasformazioni puberali, oggi, sono piuttosto anticipate e quindi abbiamo ragazzini ancora immaturi che affrontano le trasformazioni non potendo scegliere dal punto di vista cronologico ma anche dal punto di vista del risultato finale. È molto difficile in adolescenza accettare l'uscita dall'onnipotenza infantile. In questo contesto si può inserire anche il fatto di accettare che il proprio orientamento affettivo non è come se lo aspettava la mamma o il papà e, tra l'altro, la maggioranza dei ragazzi fanno parte di famiglie composte da un papà e una mamma, quindi scoprire invece di essere omosessuali significa anche distaccarsi dai modelli identificatori costituiti dalla famiglia. La mentalizzazione del corpo ha a che fare con questi aspetti che si riconducono anche al poter sentire le emozioni. Noi le emozioni le sentiamo nella mente, ma poi la gran parte dell'esperienza emotiva si svolge nel corpo, e quindi la possibilità di esperire le emozioni collegando il loro lato cognitivo con l'aspetto somatico e corporeo delle esperienze,

fa parte della mentalizzazione del corpo.

In adolescenza è normale il fatto che si faccia fatica ad accettare e a collegarsi col proprio corpo. I ragazzi compiono tante operazioni per mentalizzarlo e per appropriarsene, perché non è raro che trovare adolescenti, che hanno un livello così forte di dissociazione e di non comunicazione col proprio corpo tale da attaccarlo con gesti autolesivi, oppure manifestare la difficoltà di integrare le proprie emozioni che esprimono in vario modo. L'identità è radicata in quel corpo e quindi conviene farci amicizia perché ci si vive assieme tutta la vita. Invece a volte, non è raro che ci sia una specie di fantasia inconscia che serpeggia nella mente dell'adolescente, tale per cui può fantasticare di morire, quindi togliere di mezzo il corpo e così stare meglio, cioè aver risolto il problema. E' tipico dell'adolescenza sperimentare nuovi modi di abbigliare il proprio corpo, di tingere i capelli, le unghie, ecc. Oggi gli adolescenti lo fanno in un modo diverso, basandosi per di più sullo specchio, sulla fotocamera del proprio cellulare. È cambiata l'area dell'intimità e la corporeità viene sperimentata anche con l'ausilio di nuove forme di comunicazione che gli adolescenti usano per sondare l'apprezzamento. La rete è piena di immagini del corpo che gli adolescenti trasmettono e postano. Il ritorno dello "specchio" è dato dai like che si ricevono in rete. Si crea così una sorta di area transizionale, cioè a metà tra me e l'altro, perché il pubblico dei follower in rete è reale ma non è con te nella stanza. Un altro dei compiti è il fatto che agli adolescenti non interessa più piacere ai genitori, tanto meno ai nonni e gli zii, ma vogliono piacere ai loro coetanei perché sono chiamati a nascere come soggetti sociali e quindi a cercare l'amore, l'apprezzamento e il successo, non dentro le mura domestiche ma fuori. L'adolescenza viene chiamata "seconda nascita" che, appunto, è la nascita di un cittadino sociale, che ha un suo ruolo nel mondo, che riceve dei rimandi positivi o negativi dal mondo. Pensiamo a un bambino appena nato se viene esposto al freddo, non vengono soddisfatti i suoi bisogni. La stessa cosa, gli adolescenti alle prese con la nascita sociale sono come dei neonati: non sono ancora competenti dal punto di vista della gestione. La nascita sociale è una vicenda emotiva in cui si comincia a sperimentare il proprio essere nel mondo e a gestire le dinamiche di rimando che il mondo offre e quindi se l'immagine è svilente, mortificante, è molto difficile per un adolescente sopravvivere.

Per gli adolescenti con identità di genere non normative o con orientamenti affettivi non normativi, il fatto di pensare che fuori ci sia un mondo caratterizzato da stigmatizzazioni, da marginalizzazioni, da delusioni, è un aspetto che acquista una pesantezza molto particolare perché è in grado di incidere molto negativamente sulla propria percezione identitaria. L'ultimo compito evolutivo è la costruzione dell'ideale e del valore del progetto futuro che è la possibilità da parte dell'adolescente di reperire nella propria esperienza qualcosa che faccia sentire la voglia di crescere, di un futuro pensabile, definendo anche i propri valori etici. L'adolescente è fisiologicamente proteso verso il futuro, verso la costruzione di una nuova identità che non è più quella infantile. L'identità è ciò che

noi abbiamo e che ci permette di rispondere alla domanda “chi sei”. Per una definizione completa: “L’identità è la coscienza della nostra esistenza e della persistenza nel tempo che permette di definirci come soggetti dentro un contesto di relazioni nel quale ricopriamo dei ruoli riconosciuti relativamente stabili”. Ci sono vari modi di concettualizzare il genere che si polarizzano intorno a un polo maschile e femminile, biologico, ma che prevedono uno spettro di varie possibilità. Ci sono caratteristiche differenti che definiscono il maschile e femminile, ma di cui ognuno di noi è portatore secondo la propria personale interpretazione in una maniera differente, così come il maschile può essere caratterizzato da più muscoli, meno muscoli, più barba, meno barba, la cravatta. Nella realtà esistono persone che sono ciascuna una combinazione. Nell’identità ci sta anche la definizione di dove noi ci collochiamo rispetto a questa presunta mappa astratta. L’identità è un concetto composito in cui i vari livelli si strutturano nel corso del tempo a partire da quelli più concreti e più vicini all’aspetto anagrafico che comunicheremo al carabiniere che ci ferma per il controllo, per arrivare agli aspetti più emotivi e personali che ci differenziano tutti e ci strutturano come persone. C’è da aggiungere che in realtà l’identità non è mai definita una volta per tutte, perché la vita è un cambiamento continuo. Quindi ognuno di noi sperimenta e conosce delle parti di sé a seconda delle nuove esperienze o magari scopre delle cose di sé che non si sarebbe mai aspettato. L’identità di genere ha una caratteristica in più, cioè si collega in modo particolarmente stretto con i dati biologici, con gli aspetti della nostra corporeità e quindi il fatto di possedere degli organi anatomicamente riferibili al genere maschile o a quello femminile. L’identità di genere ha un particolare radicamento con gli aspetti biologici del corpo ed è una delle aree dove lo sviluppo dell’identità passa da varie gradazioni di indipendenza. Il neonato non è esattamente una tabula rasa perché dispone di una serie di competenze interrelazionali e cognitive che gli permettono di relazionarsi con il suo caregiver e di acquisire degli apprendimenti molto rapidi. Il neonato non sa pensare, funziona secondo degli schemi genetici predeterminati che funzionano in maniera quasi automatica, non è ancora in grado di dare significato alle sue esperienze. Per esempio, non è in grado di distinguere sé e l’altro: sta in braccio alla mamma non è capace di stabilire i confini del suo corpo rispetto a quello della mamma. All’inizio non è in grado, lo diventa nel tempo quando comincia a guardarsi le mani oppure quando si tocca i piedini, perché lo schema corporeo è una fase successiva. All’inizio ognuno di noi non si è autoidentificato ma è stato identificato, il nome ci è stato dato da qualcun altro, ad esempio dai suoi caregiver, dai suoi genitori, che lo hanno accolto riconoscendolo come un membro della propria specie, della propria famiglia, quindi prezioso e importante, ma all’inizio l’identità è qualcosa di passivo. Oggi, gli studiosi del tema non parlano più di sesso biologico ma di genere assegnato alla nascita, cioè l’ostetrica vede cos’ha in mezzo alle gambe e dice “è un bambino” o “è una bambina”. L’inizio dell’identità di genere, così come di tutte le identità, è un qualcosa che arriva dall’esterno (si viene identificati), poi che succede? Che a mano

a mano, veniamo trattati dal nostro ambiente in base a come ci ha identificato. I ragazzi omosessuali hanno un ostacolo in più perché il contesto, solitamente, li marginalizza come se desse per scontato che quell'orientamento non esista, e quindi non li supporta nella loro ricerca di sé.

Quindi, dalla forma passiva dell'identità si arriva a quella riflessiva: in senso grammaticale ma anche nel senso di riflettere su di sé e quindi identificarsi (io so chi sono, so quello che sento). Stabilire un confine tra noi e gli altri parte dal livello corporeo ma arriva alla possibilità di una relazione differenziata con l'altro, in cui si mette un confine d'identità. L'identità in parte si fonda sul riconoscimento e sul rispecchiamento che riceviamo dagli altri, quindi come gli altri mi vedono diventa come mi vedo io. Questo è un processo che non si presenta solo nell'infanzia ma continua per tutta la vita ogni volta che si entra in un contesto nuovo, perché quando conosci nuove persone non sai se le cose andranno bene o male, se piacerai o non piacerai. L'identità è un po' un paradosso, perché noi, come identità, siamo tutti esseri umani, siamo tutti uguali, abbiamo dei funzionamenti che ci accomunano. Eppure non esiste uno uguale all'altro perché siamo anche tutti diversi, cioè l'identità è sul crinale paradossale tra l'essere tutti uguali ed essere tutti diversi. In adolescenza avviene tutto un turbolento movimento attorno a questi processi perché l'adolescente deve decidere in che cosa vuole somigliare o essere diverso dalla mamma, in cosa somigliare o essere diverso dal papà e fin dove può arrivare la profondità di questi processi di identificazione e differenziazione. Questa è una domanda a cui non è mai stata data una risposta completa.

Quindi in adolescenza il movimento di costruzione dell'identità in generale, ma anche nei suoi specifici aspetti di genere, si organizza in maniera movimentata attorno, ad esempio, al rispecchiamento. Un bambino che, pur nutrito e soddisfatto nei suoi bisogni, cresce in una stanza vuota senza relazioni, cresce privo d'identità e di consapevolezza di sé. Nei vari elementi di cui è composto il senso dell'identità, c'è un aspetto che riguarda un'esigenza umana che è quella dell'appartenenza: il bambino quando cresce è molto appartenente al contesto familiare, ma dentro la famiglia c'è una tendenza educativa costitutiva e strutturale. Spesso questo diventa l'organizzatore per attribuire al "noi" la positività e al "loro" la negatività. L'aspetto dell'identità di gruppo, in adolescenza, diventa importante perché gli adolescenti strutturano l'identità anche secondo delle categorie, cioè cercano degli aspetti dell'appartenenza di gruppo per strutturare la propria identità. Oggi, questi aspetti non ci sono più perché c'è il richiamo alla flessibilità delle competenze e al fatto che ciascuno è chiamato a definirsi (chi è, cosa vuole fare) e anche l'ideologia educativa delle famiglie è un po' cambiata: i genitori non vogliono più decidere per i figli che porteranno avanti l'attività di famiglia, ma metteranno a frutto i propri talenti, l'essere felici, l'essere brave persone. Questa è chiamata anche cultura "narcisistica" in cui ci si augura e si augura al proprio figlio di riuscire a realizzarsi come persone e non ad asservirsi agli scopi che la società prescrive. L'identità dipende da come la guardi, non esiste un'unica realtà per quanto riguarda le

persone, dipende da cosa metti in luce. Gli adolescenti sono quello che sono, stanno cercando di diventare adulti, è importante il significato di ciò che loro mettono in luce perché a seconda del significato, la reazione emotiva può essere molto diversa. L'identità di genere è il compito di definire quale tipo di uomo o di donna si vuole essere o diventare, a partire dal corpo, all'interno di un contesto d'identificazione e differenziazione. Qui torna l'importanza delle relazioni perché, una volta che l'adolescente si definisce come appartenente a un genere (maschile o femminile), poi dopo c'è da distinguere l'identità di genere con l'orientamento affettivo (sono attratto dai maschi o dalle femmine). Il sesso biologico, chiamato anche genere identificato alla nascita, è la propria definizione di sé come maschio o femmina, il ruolo e l'espressione di genere, cioè le caratteristiche con le quali questo genere si esprime nei ruoli, poi c'è l'orientamento sessuale affettivo, ovvero la direzione delle proprie attrazioni.

L'anno scorso l'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) ha tolto dall'elenco delle malattie le disforie di genere, quindi la transessualità non è più considerata una malattia ma una variante dei modi in cui si può esprimere l'identità di genere. Ciò non toglie il fatto che tutti noi presentiamo una varianza di genere, nessuno incarna l'astratto stereotipo del maschile o femminile perché questo stereotipo, in realtà, non esiste. C'è una variabilità dei modi in cui vengono espressi e percepiti i due generi all'interno della nostra identità, quindi tutti noi abbiamo una varianza di genere mentre alcuni presentano disforie di genere, cioè non riescono a identificarsi nelle caratteristiche biologiche possedute dal proprio corpo.

Un altro concetto importante, in letteratura, è quello dell'identità di genere nucleare:

c'è la sensazione di essere maschi o femmine che risulta slegata dal contesto non influenzabile e non modificabile, che viene attribuita a componenti biologiche. Purtroppo ci sono stati dei tentativi di correzione rispetto quelli che venivano chiamati "disturbi di genere": "tu hai un corpo maschile e ti senti femmina, quindi correggiamo questo errore in allineamento al corpo biologico".

In realtà questi approcci correttivi non funzionano. La disforia di genere non viene considerata una patologia e non bisogna tentare di cambiare l'identità ma piuttosto sostenere il soggetto nel vivere con un'identità consona al genere percepito. Sostanzialmente, i modelli d'intervento sui disturbi dell'identità di genere in età evolutiva si possono ricondurre a tre grandi aree d'intervento:

- l'approccio normativo, oggi non più utilizzato;
- l'approccio affermativo validante, cioè se un bambino si presenta con un'identità non in linea con il suo genere biologico, allora accogliere e procedere;
- mentre l'approccio "Wait and Watch", cioè in attesa che la maturazione chiarisca se il non allineamento di genere può esistere o non esistere, noi accogliamo, riflettiamo, pensiamo e vediamo senza effettuare interventi.

Sempre parlando degli orientamenti affettivi omosessuali, una volta stabilita la propria identità di genere e cioè “chi mi sento io”, vengono sperimentate le attrazioni rispetto a quella che viene chiamata “la scelta dell’oggetto d’amore”, non nel senso che si sceglie di chi innamorarsi ma rispetto a dove si orienta l’attrazione e l’innamoramento. La definizione del proprio orientamento affettivo è un processo e non un evento che avviene durante la crescita a partire dal susseguirsi di diverse esperienze e dalla lettura che ne viene data. Questo processo prevede sempre il passaggio attraverso una fase di lutto perché le aspettative di ognuno di noi sono in una direzione eteronormativa anche da parte dei genitori più aperti. Spesso, nella clinica si evidenzia che i ragazzi omosessuali hanno, più degli altri ragazzi, un timore e un vissuto di inadeguatezza, di non essere all’altezza degli altri ragazzi, perché il timore che l’omosessualità sia qualcosa che può rendere i maschi meno maschi e le femmine meno femmine esiste. Ci sono molti stereotipi rispetto al genere, pregiudizi e preconcetti che possiamo chiamare “omofobici”, che fanno parte del nostro vissuto e sono un po’ ineludibili per i ragazzi e per i genitori che si confrontano con il momento del “coming out”. Durante tutta la vita ci sono una serie di cambiamenti che ci viene richiesto di affrontare e che, perché le cose vadano bene, devono vedere i genitori e figli impegnati in un’impresa evolutiva congiunta. Anche il “coming out” può essere definito così perché il figlio è alle prese con la necessità di dover accettare se stesso, ma anche il genitore è chiamato poi a elaborare il proprio lutto rispetto le proprie aspettative deluse, per sostenere il figlio nel suo percorso. Ogni genitore è chiamato un po’ a scoprire che cosa il proprio figlio diventa perché non è quel neonato che è stato messo al mondo, ma diventa una persona e quindi c’è un processo di reciproca scoperta e conoscenza che procede con la crescita.