

Alla scoperta dell'intimità

di Giuliana Sarteur



Negli ultimi anni è aumentata l'attenzione per l'importanza dell'educazione sessuale;

se ne sostiene fermamente l'inizio in età precoce a seconda dello stadio di sviluppo

dei bambini e degli adolescenti.

Un inizio precoce ha il vantaggio che i bambini e gli adulti possono trovare gli argomenti meno imbarazzanti.

Il concetto fondamentale pare essere quello di salute sessuale che non comprende

solo contraccezione e prevenzione delle malattie a trasmissione sessuale, ma

conoscenza del corpo e dei messaggi che esso invia.

Nel percorso educativo di formazione ed informazione spesso dimentichiamo i nuovi

connotati tecnologici della società: quella in cui oggi viviamo è la società dello show

continuo: siamo famosi se siamo visibili, continuamente connessi.

Allora diventa importante e necessario riparlare di intimità, di cura delle emozioni, del tempo da dedicare alle attività e alle relazioni.

Se tutto diventa fluido, accessibile, possibile; se non esistono limiti e divieti non si attivano i percorsi trasgressivi ed esplorativi dei giovani verso l'attivazione della propria indipendenza e delle proprie fantasie.

In adolescenza è indispensabile sognare e desiderare una propria sessualità, un percorso che va maturato nella mente prima che diventi azione, pensarla prima che diventi una sperimentazione concreta.

Così, come ho già avuto modo di scrivere, è importante essere complementari ai genitori che non sempre hanno tutte le conoscenze indispensabili che i ragazzi devono acquisire: più informazioni rendono i ragazzi consapevoli e meno vulnerabili. Questa nuova realtà tecnologica con cui i ragazzi vengono a contatto, spesso troppo presto, ha modificato la relazione con il gruppo dei pari con cui è sempre bene confrontarsi nel percorso di crescita. Un minore che naviga su internet può avere le abilità tecniche per gestire la tecnologia, ma non la maturità e le competenze emotive per scegliere in autonomia le scelte da fare

Quando sono davanti al computer basta un clic per interrompere la connessione e far sparire la relazione, tutto più facile, ma molto superficiale; tutto più accessibile senza controllo come la pornografia.

Perché oggi i giovani vi si avvicinano così precocemente?

Non è solo la facilità di accesso; tutto ciò che doveva essere nascosto è attaccato frontalmente, visibile, è il superamento dei limiti del pudore.

Così il corpo femminile accessibile a tutti, sottomesso e disponibile: la pornografia è un danno per l'immaginario erotico. La donna nella pornografia ha sempre un ruolo passivo e sottomesso, un oggetto di piacere e non un soggetto con cui entrare in relazione.

Nel dialogo con i ragazzi dobbiamo **sostituire la parola sessualità con sensualità**

perché è lì che avviene l'incontro, la scoperta, la soddisfazione reciproca e la ricerca del piacere per l'altro.

La parola d'ordine per i ragazzi e i giovani che si avvicinano ad una relazione anche sessuale è intimità: vuol dire prendere tempo, non avere fretta, coltivare la tenerezza, non rinunciare ai sogni perché un mondo troppo razionale non dà né

felicità né intimità.

Seduazione e complicità creano la relazione.

Alcuni appunti per i genitori: siate consapevoli delle esigenze dei vostri ragazzi, siate presenti da subito e responsivi alle loro domande, fate educazione affettiva e sessuale fin da piccoli e date

l'esempio con la vostra costante presenza.

Ad un giovane, ad una giovane ai primi rapporti non chiediamo se ha usato il preservativo (certo che lo utilizzano) bensì se è felice, così sapremo condividere e superare il normale e legittimo imbarazzo.

Concetto di identità: cos'è la teoria Gender

di Giuliana Sarteur



Nella società c'è un gran bisogno di classificare i comportamenti sessuali e ricercare il senso della così detta normalità. Identità sessuale è un concetto recente ed è un concetto in evoluzione in ogni singolo soggetto a seconda dell'età: deve tener conto della psiche e del modello del tempo in cui vive. L'identità sessuale quindi non è un concetto statico, ma evolutivo e dinamico: parte dalla fase pregenitale per giungere alla genitalità, dinamico perché anche quando l'identità è raggiunta non resta mai eguale. E'

infatti soggetta a tutti i cambiamenti del nostro corpo, informazioni che la nostra mente assimila, a tutte le relazioni che si interrompono e si costruiscono nel corso della vita. Il partner è lo specchio per raggiungere una identità sessuale certa.

I pilastri fondamentali per la costruzione dell'identità sono due: la figura dell'accudente (relazione con la madre) e il pilastro dell'autonomia, cioè saper fare scelte e saper costruire il proprio essere sessuato. Questi pilastri devono essere molto solidi e se uno dei due è debole l'altro deve sopperire.

La base di partenza è indicata dal corredo cromosomico – XX o XY – l'arrivo è diversificato e non prevedibile e si chiama IDENTITA'.

Quindi potremmo definire una identità biologica, identità di genere, identità di ruolo che non sempre coincidono, tutto quello che la persona fa o dice per indicare a se stesso e agli altri il grado della sua femminilità o mascolinità o ambivalenza.

Come più volte esplicitato, intorno ai due anni di vita i bambini sanno attribuire correttamente abiti e oggetti che competono al modo di vivere ai maschi e alle femmine; successivamente ai tre anni l'identità di genere viene espressa dalla assunzione di aspetti esteriori, stereotipi del sesso maschile e femminile e solo dopo i quattro anni sono in grado di differenziare il sesso dalle manifestazioni di ruolo per cui a indossare i pantaloni non è necessariamente un maschio e cucinare non significa essere donna. A cinque anni manifestano di appartenere stabilmente ad un determinato genere assumendo anche la consapevolezza di essere portatori di genitali diversi. Parallelamente andranno tipizzandosi i comportamenti con predilezione per giochi di movimento e atteggiamenti di dominanza ed aggressività, verso il più discreto agire delle femmine con maggior propensione alle attività verbali e comportamenti collaboranti.

Nel complesso queste caratteristiche saranno derivate dal contesto sociale e dall'orientamento educativo dei genitori, ma non sembrano estranee le influenze ormonali comprese le anomale androgenizzazioni in fase prenatale.

In questi ultimi anni abbiamo spesso sentito parlare di teorie del Gender attribuendole un significato negativo. A questo punto del nostro discorso dovrebbe essere chiaro che il processo di evoluzione del proprio corpo, delle propensioni o degli intrappolamenti in corpi inadeguati al genere di attribuzione non è pilotabile o imponibile, può però essere ostacolato o deviato dalle relazioni con la scuola, con la società tutta durante il percorso dell'intera vita. L'aspetto psicologico dell'appartenenza ad uno dei due sessi non è correlabile al solo cariotipo in quanto altre dinamiche fisiche e psicologiche intervengono a modellarlo; esistono differenziazioni attitudinali date dalle diverse attività degli ormoni maschili e femminili che interagiscono con elementi culturali, sociali, storici ed antropologici.

Il sospetto è che non si debba parlare di semplici cromosomi bensì di più geni che ci definiscono.

Quindi sarebbe più corretto parlare di genere e non di sesso: il termine pangender mutuato dall'inglese non è un neologismo assoluto, ma già utilizzato in altre culture. E' evidente che non è possibile in alcun modo condizionare lo sviluppo di identità se non in uno stereotipo di genere, imporre regole secondo canoni estremamente rigidi, ruoli utilizzati in forma costrittiva ammantata di moralismo cui viene attribuito un senso etico e che viene spesso imposto con la forza.

I miti della genesi raccontano che Dio creò un uomo ed una donna; la scienza medica dopo la scoperta del DNA e dei relativi cromosomi ha ritenuto che i generi fossero due e che il rapporto sessuale fosse legato all'istinto di sopravvivenza e quindi procreazione. La mitologia e le tradizioni del popolo nativo-americano Lakota esprimono figure two spirits (due anime) in grado di leggere le psicologie femminili e maschili rispetto a chi vive in una sola delle "dualità".

L'identità individuale è una faccenda complessa: è ciò che ci distingue nella nostra unicità, all'interno di una comunità. In molte scuole italiane, da non molto tempo, è possibile dichiarare ed essere riconosciuti ed identificati dal nome proprio scelto.

Educazione sessuale: quando la curiosità del bambino si scontra con il “pudore” dell'adulto



di Giuliana Sarteur

L'educazione sessuale è una materia vasta i cui contenuti variano a mano a mano che il bambino, crescendo, diventa adolescente e poi giovane adulto.

Può sembrare strano, ma le prime domande vengono poste a tre-quattro

anni e pertanto potremmo pensare a ragione che una corretta educazione sessuale spetti ai genitori.

Nella realtà assistiamo ad un certo imbarazzo nella capacità di trovare le parole giuste, eppure è fondamentale accompagnare i ragazzi nella crescita affettiva affinché il

loro atteggiamento verso la sessualità ed i loro comportamenti sessuali li rendano sereni ed autonomi.

La materia è sicuramente delicata e non coinvolge solo i bambini che vogliono capire, ma anche gli impulsi dei genitori, i loro sentimenti e i loro pregiudizi.

Quando parliamo di sessualità intendiamo il piacere che i bambini manifestano sin dalla vita intrauterina; dopo la nascita il contatto diretto con il corpo degli adulti è un piacere tranquillizzante così come il contatto con il capezzolo nell'allattamento o lo sguardo di chi sta allattando.

I bambini sanno distinguere ciò che crea sofferenza e ciò che la calma: il contatto fisico allenta la sofferenza ed è soprattutto fondamentale nelle prime fasi della vita...potremmo chiamarla sensualità!

La percezione di differenza tra maschile e femminile avviene tra il secondo e terzo anno di vita, confrontandosi con il corpo degli adulti con cui viene a contatto e si sviluppa una curiosità del tutto spontanea verso le differenze anatomiche e le loro funzioni.

Tale curiosità va accolta, è sana, è esplorativa come tutto ciò che il bambino svilupperà verso il mondo.

Le domande quindi sono dettate dal bisogno di conoscenza, ma è possibile che si scontrino con il pudore degli adulti; è questo il momento in cui l'adulto potrebbe comprendere che ha bisogno di aiuto, è il momento importante di accoglienza delle esigenze conoscitive del bambino.

Chi può rispondere a questa esigenza di aiuto?... la propria esperienza interiorizzata, il medico o l'esperto in comunicazione sessuale, ma l'aiuto professionale non deve essere limitato alla presenza di un problema.

L'educazione sessuale non è semplicemente un passaggio di informazioni e non deve essere limitato alla genitalità, ma consiste piuttosto nella possibilità di acquisizione di abilità e competenze al fine di favorire la maturazione di un

proprio e personale modello, un proprio atteggiamento nei confronti della sessualità che è un processo che durerà tutta la vita e pertanto sarà importante crescere in modo positivo e sano.

Le parole utilizzate sono importanti e devono sempre essere utilizzate in una visione positiva ed adeguata all'età, con un atteggiamento di accoglienza. In questo modo il bambino non avrà mai timore a chiedere e confrontarsi. Il disagio e l'imbarazzo dell'adulto sono le manifestazioni del proprio vissuto e del proprio percorso di conoscenza.

Se riuscissimo da subito, con parole adeguate all'età, esprimere il nostro desiderio di garantire la felicità e la serenità dei nostri ragazzi sarebbe un percorso utile anche alla consapevolezza degli adulti.

E' importante che tutte le persone che verranno a contatto con il percorso educativo del bambino abbiano lo stesso atteggiamento sereno ed accogliente non giudicante, pur avendo inevitabilmente posizioni individuali e personali.

Educazione alla sessualità: non è mai troppo presto



di **Giuliana Sarteur**

L'educazione sessuale è un processo che inizia precocemente nell'infanzia e continua durante l'adolescenza e la vita

adulta; mira a sostenere e proteggere lo sviluppo sessuale, fornisce informazioni, competenze e valori positivi per comprendere la propria sessualità e goderne, intrattenere relazioni sicure e gratificanti, comportandosi responsabilmente rispetto a salute e benessere sessuale proprio e altrui.

In questi termini il focus principale, quale elemento positivo, è la sessualità intesa come potenziale umano e fonte di gratificazione e di piacere, mentre la necessità di conoscenze e di abilità nel prevenire problemi di salute sessuale viene al secondo posto, pur rimanendo un diritto assoluto. A quale livello dobbiamo attivare questo lungo percorso?

Il primo approccio, i primi quesiti vengono posti in famiglia e si tratta di quella che potremmo chiamare educazione informale, basata prevalentemente sull'esempio di ruolo dei propri familiari: secondo le teorie dell'attaccamento, i primi mesi, i primi anni di vita saranno fondamentali nel predire le future relazioni anche scolastiche: il modello di comportamento strutturato potrà essere sicuro, ansioso oppure evitante.

In un secondo tempo la necessità di una educazione strutturata sarà compito del legislatore e delle strutture scolastiche preposte e finalizzate, con personale preparato ed integrato in materie di insegnamento già esistenti: scienze biologiche, etica, filosofia.

Un programma di educazione sessuale dovrà però essere condiviso con varie attività educative rivolte alla famiglia e alla opinione pubblica al fine di scoraggiare miti ed incomprensioni: l'educazione sessuale non è uno strumento che induce ad una sessualità agita precoce.

I ragazzi hanno fonti di informazione spesso inaffidabili, scorrette e pericolose. La pandemia ha prodotto giovani intossicati dal digitale: sui social imparano un sesso dominato dalla logica della prestazione ed una sessualità femminile sottomessa con forme spesso brutali.

Il porno è fantasia possibile, non va demonizzato, ma non è educazione, ci si aspetta un rapporto veloce senza corteggiamento, senza emozioni e ragazze sempre disponibili con corpi perfetti. Una sessualità scissa dalla relazione.

E' necessario rendere i bambini ed i ragazzi più consapevoli e meno vulnerabili rispetto ai possibili abusi: la facilità di accesso ai siti pornografici o peggio pedo-pornografici rende questi ragazzi bisognosi di attenzione e di risposte affinché non siano dipendenti e vittime.

In questa dimensione educazione ed informazione sessuale sono gli aspetti di una stessa medaglia, attiviamo la conoscenza del corpo sia anatomica che sensoriale con le dovute differenze nel maschile e nel femminile, imparando a capire ed indirizzare i messaggi del corpo. I dati epidemiologici purtroppo evidenziano ancora un alto tasso di natalità tra i minori, ricorso elevato alla contraccezione d'emergenza e gravidanze indesiderate, malattie sessualmente trasmesse compreso HIV.

Adolescenza e sessualità ai tempi della pandemia

di Giuliana Sarteur



Questi due anni di pandemia hanno sconvolto le vite di tutti e, soprattutto, hanno cambiato il nostro modo intendere e

vivere le nostre relazioni interpersonali.

Le conseguenze sono state particolarmente significative per i più giovani per i quali le relazioni sociali e personali rappresentano un elemento indispensabile per la crescita.

E, fra le relazioni, quelle affettive che investono anche la sfera sessuale sono quanto mai fondamentali. E' per questo che, proprio in questa fase, dobbiamo prestare la massima attenzione a questo tema.

Con questo articolo apriamo quindi una rubrica curata dalla dottoressa Giuliana Sarteur con lo scopo di fornire a tutti noi alcuni spunti di riflessione. [red]

Nella nostra società il sesso è presente ovunque e per i più giovani è sempre più alto il rischio di vivere la sessualità in modo affrettato ed inconsapevole. Le stimolazioni che avvengono attraverso internet, i social, la facile accessibilità alla pornografia difficilmente sono giustamente indirizzate; i giovani sottovalutano i rischi e le famiglie manifestano difficoltà nel gestire questi momenti di crescita spesso invertendo i ruoli educativi.

La sessualità umana si sviluppa nell'infanzia e nella adolescenza, influenzata dalla realtà sociale, culturale e religiosa di ognuno di noi e dal periodo storico in cui ci si trova a vivere; pertanto ciò che valeva per i nostri genitori non è detto che sia un valore anche per le nuove generazioni.

Nel corso della nostra crescita acquisiamo conoscenze, formiamo immagini, valori, competenze riguardanti il corpo umano e le relazioni intime: le fonti principali di questa fase precoce sono quelle informali della famiglia, soprattutto attraverso il loro esempio.

Le esperienze sensoriali dei primi anni di vita incideranno tanto quanto quelle della adolescenza: se il corpo del bambino sarà amato e coccolato allora sarà in grado di esprimere le proprie emozioni. Gli adolescenti presentano alcune caratteristiche inevitabili e fisiologiche che poco hanno a che fare con gli ormoni, ma molto di più con prove di

indipendenza e allontanamento dal nucleo familiare.

In questo senso non è opportuno favorire comportamenti anche sessuali non consoni all'età. Sessualità è gratificazione, è conferma della propria identità di genere e biologica, del proprio orientamento sessuale e del ruolo di genere. Per questo sono importanti le informazioni che consentono un atteggiamento positivo e responsabile nei confronti della sessualità per vivere le proprie esperienze in modo appagante e consapevole.

La ricerca del sesso agito senza emozioni non va agevolato né inibito.

Dobbiamo anche insegnare a dare un senso alle parole: fare sesso è la ricerca del piacere fine a se stesso che non tiene conto delle esigenze dell'altro, fare l'amore è emozione, prendersi cura della persona amata, complicità e comunicazione.

Una scarsa o nulla educazione sessuale ed ancor più una insufficiente educazione ai sentimenti ci espongono ai bisogni altrui, creano dipendenza, trasformano l'atto d'amore in una prestazione che apre le porte alla violenza psicologica.

Ci sono molte domande che dovremmo porre ai nostri adolescenti:

- i tuoi bisogni sono stati soddisfatti?
- quale valore metti al primo posto?
- hai imparato ad amare il tuo corpo?
- sai dire NO?
- capisci quando sei a disagio e perché?
- sai cos'è il sexsting?
- sai chiedere aiuto?
- conosci la differenza tra molestia e abuso?
- si parla di sessualità in famiglia e se sì chi lo fa?

Dobbiamo vincere il nostro disagio che a volte è fisiologicamente presente di fronte ad alcune specifiche domande se vogliamo tenere in primo piano la felicità e la

serenità di queste giovani e future persone.