



*Associazione
Baldassarre Castiglione*



Scuola per genitori

Come educare i figli alla sessualità

Mantova - mercoledì 23 novembre 2011



**CENTRO STUDI
STRATEGIE CREATIVE**

www.strategiecreative.it

DR. GIORGIO MARIOTTO

Strategie Creative Snc
via Cavour 52/A 46031 Bagnolo San Vito (Mn)
p.iva 02308120209 tel. 0376-229759 fax 0376-1999802 email: info@strategiecreative.it
www.strategiecreative.it

Se volessimo all'interrogativo il tema di questa serata, la risposta sarebbe semplice e chiara: vivendo in modo sano la propria sessualità!

Ma ciascuno di noi, ora genitore, quale educazione ha avuto nella propria infanzia e nella propria adolescenza? Se è vero il detto latino che "nemo dat quod non habet" cioè che "nessuno può dare ciò che non ha", come la mettiamo?

Tre sono le parole chiave contenute nella enunciazione del tema di questa serata:

- educare
- figli
- sessualità

- 1) Cosa significa educare lo sappiamo tutti: "e-ducere", cioè "tirar fuori", ossia estrarre, far crescere ciò che già c'è.
- 2) I figli sappiamo bene chi sono.
- 3) Ma che cosa è la sessualità?

La sessualità è un fenomeno complesso che vede coinvolte:

- funzioni biologiche
- funzioni psicologiche
- implicanze culturali

Qualche cenno di storia

In contrasto con le nostre avanzate conoscenze di tutte le altre funzioni biologiche, quelle della sessualità sono state studiate solo in tempi molto più recenti. Questa <asessualità> della scienza non può essere attribuita al fatto che la fisiologia del sesso è troppo complessa per i nostri mezzi di ricerca, perché anzi si tratta di una materia ben più semplice e più facile da studiare e comprendere in confronto ad altre risposte biologiche, basti l'esempio dell'incredibile complessità della fisiologia del cervello.

A precludere uno studio scientifico della sessualità sono stati i pregiudizi legati ad inconsci tabù. Masters e Johnson per primi hanno avuto il coraggio ed il buon senso di considerare il comportamento sessuale umano come una funzione biologica naturale, e di osservare con attenzione la risposta sessuale maschile e femminile nelle stesse condizioni di laboratorio che servono per studiare altri sistemi biologici, come la fisiologia della digestione o della respirazione. E' stato il loro lavoro a darci la prima descrizione chiara e accurata della risposta sessuale umana.

Quindi fino alla metà del secolo scorso la sessualità è stata tabù per la scienza. Anche nella terminologia medica per designare i disturbi sessuali dell'uomo e della donna si usavano i termini di impotenza e frigidity; si parlava di maschi impotenti e di donne fredde usando questi due termini vaghi e generici. Certamente anche la scienza ha risentito dei tabù della cultura e si è mossa di conseguenza con difficoltà. Solo in questi ultimi anni si è riusciti ad avere una visione panoramica della sessualità che ci ha permesso di conoscere in maniera abbastanza approfondita in campo fisiologico la risposta sessuale maschile e femminile. Questo è un debito che ancora paghiamo alla nostra civiltà imbevuta più di ragione che non di emozione. Nonostante la così detta "liberalizzazione sessuale" che ha preso avvio alla fine degli anni 60 ancora oggi siamo pronti ad arrossire di fronte ad una situazione che ci impegna emozionalmente. Riferendoci all'analisi di Money (1981) possiamo differenziare i tabù ancora persistenti in tre partizioni:

- **il tabù delle discrepanze di età** che ostacola la comunicazione fra persone di età diverse, quindi anche tra genitori e figli, con ricadute sul processo educativo;
- **il tabù dell'intimità**, che inibisce l'individuo a rivelare dati personali della propria sessualità nel timore da un lato, nel pubblico di condanne morali, e dall'altro, nel privato, di infrangere il clima relazionale <lecito> donna-madre di famiglia, col mostrare i propri desideri intimi o, ancor più, le proprie immagini o fantasie erotiche;
- **il tabù della differenziazione in sessi**, che sottolinea la segregazione di maschi e femmine e limita la coesistenza delle informazioni sulle esperienze sessuali comuni ad entrambi.

I problemi sessuali sono ancora così diffusi perché la sessualità umana è allo stesso tempo da un lato un impulso intensamente piacevole e potente, irrimediabile e costantemente impegnato nella ricerca di appagamento, dall'altro una reazione facilmente associata ad emozioni dolorose, facilmente traumatizzabile, mortificabile e soggetta a distorsioni. Purtroppo per lungo tempo e per certi versi ancora adesso, la nostra società ha identificato il sesso con il peccato. Pertanto, ogni manifestazione dei desideri di piacere sessuale di un individuo è stata spesso negata, ignorata, o considerata come una cosa vergognosa, con conseguenze dolorose, specialmente durante gli anni critici dell'infanzia.

Sessualità e Persona

La definizione più idonea della sessualità è una definizione molto generale che non va sullo specifico perché la sessualità è tante cose. Principalmente la sessualità è una **condizione di esistenza della persona umana**; una persona non può far a meno della sessualità. Intendiamoci bene: "sessualità" non significa "genitalità". Sono due cose diverse. Si nasce maschio o femmina e si diventa uomo o donna. Quindi oltre ai caratteri legati alla fisiologia c'è anche un ruolo, un abito culturale da assumere nello sviluppo psico-sessuale per la propria identità. La sessualità è una condizione di esistenza della persona umana, ribadisco, non riconducibile alla genitalità: la genitalità è l'esercizio della sessualità. Religiosi e laici possono rinunciare per scelta all'esercizio della genitalità nell'ambito della sessualità ma non possono altrettanto rinunciare alla loro sessualità, ad essere cioè uomo o donna. Questo lo dico perché comunemente la parola "sesso" fa venire in mente gli organi genitali, il rapporto sessuale, mentre la sessualità ha significati molto più vasti. La persona umana è una unità biologica e psichica composta da una parte biologica (il corpo) e da una parte psichica (la mente) fuse insieme. Se noi ci esploriamo dalla testa ai piedi troviamo capelli, pelle, peli, muscoli, ossa e poi gli organi interni. Alcune cose si possono palpare, toccare, altre no come ad esempio gli ormoni che si possono comunque evidenziare in laboratorio attraverso opportune tecniche analitiche. Non si possono invece palpare i nostri sentimenti, le nostre emozioni che fanno parte di un mondo che sta dentro di noi ma non identificabile con la materia, con il corpo, con la biologia. Questa è la nostra psiche che è costituita da due grandi rami, la cognitività dove risiedono l'intelligenza e il pensiero e l'affettività dove sono contenuti i sentimenti e le emozioni, dove risiede la cosiddetta "libido", questa spinta passionale della nostra vita. L'energia vitale nasce appunto da questo contenitore affettivo che costella l'intera vita dell'uomo. L'amore, la rabbia, la passione ciascuno di noi se li porta dentro e li mette in ogni esperienza della sua vita. La medicina psicosomatica (dico questo perché ciò introduce meglio l'argomento sulla dimensione sessuale dell'uomo) insegna che, spesso, ricorrenti malattie come emicranie, gastriti, ulcere, nausea, vomiti, tachicardie, ipertensione, coliti, stipsi, minzione urinaria frequente, ecc... sono segni nel corpo che rimandano ad un problema della nostra parte psichica.

Se l'energia, la libido vitale, espressa in tensione, non viene spesa all'esterno cioè non trova soddisfazione, succede che resta nell'uomo come forza inespressa e prende quindi a bersaglio determinati organi, cioè si somatizza.

I disturbi della funzione sessuale hanno a che fare con questo quadro psicosomatico: infatti i disturbi sessuali nell'uomo e nella donna possono avere un'origine psicologica. Le statistiche americane parlano del 50% dei disturbi di origine organica e del 50% di origine psichica.

Lo sviluppo psicosessuale

La sessualità dell'infanzia la si scopre non tanto studiando il bambino ma studiando l'adulto. Un'idea utilizzabile anche come ipotesi di lavoro, perchè racchiude dentro di sé tutta la storia della persona.

Nell'approccio con la sessualità si parte da una descrizione molto precisa del rapporto sessuale tra l'uomo e la donna e si possono cogliere tre diversi livelli dell'espressione sessuale: la tenerezza, la sensualità e l'erotismo. Ma l'aspetto più curioso della ricerca sta nel fatto che queste tre componenti si possono evidenziare constatando che spesso mancano nell'esercizio dell'attività sessuale: pian piano la persona umana perde dimestichezza con le dimensioni della tenerezza e della sensualità correndo così il rischio di identificare la sessualità con il solo erotismo. Questa è una mortificazione della sessualità.

Il bambino piccolo (il neonato) gode, sente, prova piacere quando la mamma gli fa il bagnetto, gli spalma talco o creme sulla pelle, quando lo tiene in braccio, lo guarda, lo accarezza, lo coccola, gli parla, si sente... contento (la parola contento deriva dal latino "contentus" che significa "contenuto"). E' infatti l'utero materno il contenitore più bello, una specie di paradiso terrestre dal quale si verrà poi "cacciati". La sessualità infantile non è connotata di genialità. Siamo noi che pensiamo al bambino come ad un piccolo uomo, come ad un uomo in miniatura. Quando il neonato, nudo sul fasciatoio, si tocca gli organi genitali lo fa per esplorare il proprio corpo, per venire a contatto con qualcosa di sé tenero e caldo. E come non pensare alle nostre nonne che spaventate da questa "precoce attività" scostavano immediatamente da lì la mano del bimbo. **La dimensione primaria della sessualità è quella della tenerezza.** Questa dimensione ad esempio è molto apprezzata e gradita dalla donna.

Poi viene **la fase della sensualità** che si lega alla storia della pubertà e dell'adolescenza, quando il ragazzo inizia a scoprire il proprio corpo. Vede che questo si modifica, prova sensazioni diverse, si osserva, si ascolta, si sente, si tocca, avverte delle emozioni nuove. Constatate su di sé questo cambiamento porta molta angoscia.

La scoperta del proprio corpo, delle sensazioni e delle reazioni che esso produce nel corso della pubertà porta in un successivo momento alla scoperta/riscoperta del corpo dell'altro sesso. Anche la masturbazione va considerata e valutata in questo contesto. Essa rappresenta una fase transitoria del tutto normale dello sviluppo psicosessuale. Le storie degli adolescenti cominciano con il bacio, il petting, il toccarsi l'esplorarsi: questo fa parte della riscoperta del corpo dell'altro e delle sensazioni ed emozioni che il corpo dell'altro produce.

Questa è la fase della sensualità. Consentitemi una digressione professionale: quanto tempo ad esempio si concede ai preliminari nel rapporto sessuale? Quanto si sta ad accarezzarsi, a guardare il corpo dell'altro, tutto il corpo? Questa è un tipico status dei cinquantenni che vengono in ambulatorio lamentandosi delle loro mancate prestazioni. Ricordate che l'età di 50 anni coincide nel ciclo vitale della famiglia con la sistemazione dei figli e un ritorno della coppia ad una dimensione diadica. Riscoprire in questo momento che la sessualità può dare ancora molto alla coppia in termini di vicinanza, di piacere, di gioia è molto importante. Sono scoperte che talvolta lasciano increduli le persone perchè mediante un recupero della dimensione sensuale passano le disfunzioni e ciascuno può così esprimere più liberamente le proprie sensazioni ed emozioni.

Il terzo aspetto è quello dell'erotismo ove l'esperienza sessuale si vive nella sua pienezza di possibilità e fantasia. In questa crescita graduale dalla tenerezza della prima infanzia alla sensualità del periodo adolescenziale, all'erotismo dell'età matura possiamo quindi riscoprire una dimensione storica nello sviluppo di ciascuno di noi ed una dimensione attuale perchè queste tre fasi vanno a costituire il "menù- sessuale".

Entrando un po' più a fondo negli aspetti culturali, sorge spontanea una domanda: che fine ha la sessualità? Per molto tempo la sessualità è stata ritenuta esclusivamente finalizzata alla procreazione, quindi l'uso della sessualità era finalizzato alla riproduzione. Oggi si può affermare, con il conforto dell'esperienza scientifica, che la sessualità viaggia come un treno su due binari: quello della riproduzione e quello del piacere. Questa è la novità fondamentale che la scienza oggi propone. E non si può certo imputare alla sola morale religiosa l'atteggiamento mortificante rispetto alla espressione del piacere. Infatti all'insegnamento del sesso come "peccato", retaggio della morale religiosa, si è spesso associato il concetto di sesso come "cosa sporca" (apparato uro-genitale) contenuto nel messaggio educativo di nonne e madri che rimproverano i bambini quando li sorprendono a toccarsi certe parti del corpo. Questo significa associare un'esperienza piacevole di scoperta del proprio corpo che il bambino compie, all'idea di sporcizia e di colpa. E questi insegnamenti impartiti in tenera età fanno presa perchè sono effettuati in un momento in cui la mente è particolarmente recettiva ed influenzano ovviamente il processo di crescita e di sviluppo successivo. Anche il problema della contraccezione sta ad indicare quanto non sia facile coniugare all'interno della vita sessuale di coppia la ricerca del piacere con la procreazione.

La sessualità può essere anche definita come la ricerca del piacere in un rapporto d'amore. Educare alla sessualità significa anche educare al piacere.

Cosa significa e quando viviamo una sensazione di piacere?

Nella comunicazione è

- Parlarsi in modo sincero
- Condividere ciò che piace
- Rispettarsi nella diversità

Nel gioco

-  E' saper trovare insieme il modo di far emergere la parte che ancora sa sorridere alla vita e al mondo
-  E' saper trovare insieme il modo di far emergere la parte che ancora sa sorridere alla vita e al mondo

Nella relazione

- È sapersi fidare
- E' condividere una progettualità
- E' imparare a conoscersi

Nello scambio

- E' Essere Solidali
- E' Essere Complici
- E' Darsi una Mano

Nell'intimità:

- E' ritorno alla fusione cosmica
- E' la percezione di appartenere all'universo

Il piacere è tutto ciò che permette alle nostre sensazioni di esprimersi e di essere libere.
Con la vista, guardando un tramonto
Con il tatto giocando con la sabbia
Con l'udito ascoltando il rumore di una cascata
Con l'odorato, assaporando il profumo di un fiore

Ogni nostro senso è coinvolto

- o nella relazione con noi stessi,
- o nella relazione con l'altro
- o nella relazione con gli altri
- o nella relazione con l'ambiente

Il piacere è il momento in cui sappiamo apprezzare e gioire dell'essere vivi.
E' presenza, è esserci.

Domande e risposte

Spesso i genitori chiedono quali siano le risposte giuste, corrette, appropriate ad una domanda posta da un figlio piccolo? Se il problema fosse quello del contenuto, ossia del cosa rispondere, allora prepariamo un foglio da distribuire con le domande statisticamente più frequenti e le risposte conseguenti ed avremmo risolto ogni problema. Ma questo approccio risulta controproducente per i seguenti motivi:

- a) il bambino quando fa una domanda ha già una sua risposta perché l'ha già sentita;
- b) noi ci preoccupiamo troppo presto di elaborare una risposta alla sua domanda sul piano del contenuto, ma siamo certi che il bambino voglia quello?;
- c) non vale la pena prima di rispondere chiedersi perché ha posto in quel preciso momento quel determinato quesito?;
- d) spesso alla domanda del bambino l'adulto va in ansia, non sa bene cosa rispondere, arrossisce o comunque manifesta segni di disagio perché colto di sorpresa, e il bambino nota tutto questo;
- e) ecco svelato il segreto: il bambino ha posto la domanda per vedere l'effetto che fa sul genitore, il quale preoccupato della risposta da dare, perde il vero significato dell'informazione richiesta, che in sostanza così suona: "di queste cose se ne può parlare in famiglia, è lecito chiederle, sono cose buone"?
- f) una volta colto il disagio creato nel genitore, state pur certi che il bambino di domande non ne farà più. Cercherà "risposte" altrove.

Il nostro approccio formativo

Le due agenzie educative (così mi piace chiamarle) sono famiglia e scuola.

Spesso si assiste al vecchio gioco dello scarica barile: la famiglia delega la scuola per quanto riguarda informazione e formazione “è compito suo”. La scuola sua volta chiama “gli esperti” a parlare e così si fa educazione sessuale a scuola. Gli esperti conoscono le parole giuste da dire, sono competenti e infatti vengono a scuola, fanno la loro lezioncina sulla fisiologia (=genialità!) e parlano di contraccezione perché quello è argomento prioritario. Un intervento “mordi e fuggi” che lascia insoddisfatti gli alunni per due ragioni:

- a) perché tante cose le conoscono già;
- b) vogliono sentir parlare di temi e problemi più vasti, più coinvolgenti il loro mondo interiore (emozioni, sentimenti) da cui partono pensieri, e comportamenti.

Così abbiamo operato all'interno del contesto scolastico dove siamo stati chiamati.

Moduli	Durata	Argomento	Contenuti	Destinatari
1	1/h	Somministrazione Questionario	▪ Atteggiamenti della famiglia nei confronti della sessualità ▪ Percezione della propria immagine corporea ▪ La sessualità fino ad ora vissuta	Alunni
2	3/h	Un viaggio alla ricerca del sé	Seduta di training in gruppo per un ascolto del proprio corpo e della propria psiche con relativa elaborazione in gruppo delle emozioni provate.	Alunni
3	2/h	L'incontro con l'altro	Modi di comunicare mediante esperienze di giochi in gruppo per evidenziare le proprie difficoltà di approccio e di comunicazione con l'altro con relativa elaborazione in gruppo delle emozioni provate.	Alunni
4	2-3/h	Conversazione	La sessualità nell'adolescenza: fantasie, aspettative e realtà in un corpo e in una mente che cambiano	Alunni
5	2/h	Conversazione (serata conclusiva)	La sessualità dei propri figli, dei propri alunni nel difficile cammino di diventare uomo e donna.	Genitori Insegnanti

Esperienze pregresse nel campo della educazione alla sessualità da noi condotte hanno non solo accolto **favorevole consenso** da parte degli alunni interessati, dei docenti e dei genitori, ma a distanza di tempo hanno prodotto **significativi risultati** nel campo delle conoscenze e degli atteggiamenti relativamente al tema trattato e soprattutto, con sorprendente stupore degli stessi specialisti intervenuti, si è avuto modo di

constatare che l'intervento ha creato una **più fluida comunicazione all'interno del gruppo classe** con una risposta di maggior amalgama tra gli alunni stessi.

Ma cosa ci dicono i nostri ragazzi?

(una riflessione sulle risposte date nel questionario)

Il questionario andava ad indagare sostanzialmente sette aree della sessualità:

- 1) Sesso in famiglia
- 2) Immagine corporea
- 3) Iniziazione sessuale
- 4) Autoerotismo
- 5) Desiderio sessuale
- 6) L'iniziativa a chi spetta
- 7) Rappresentazione grafica degli organi genitali

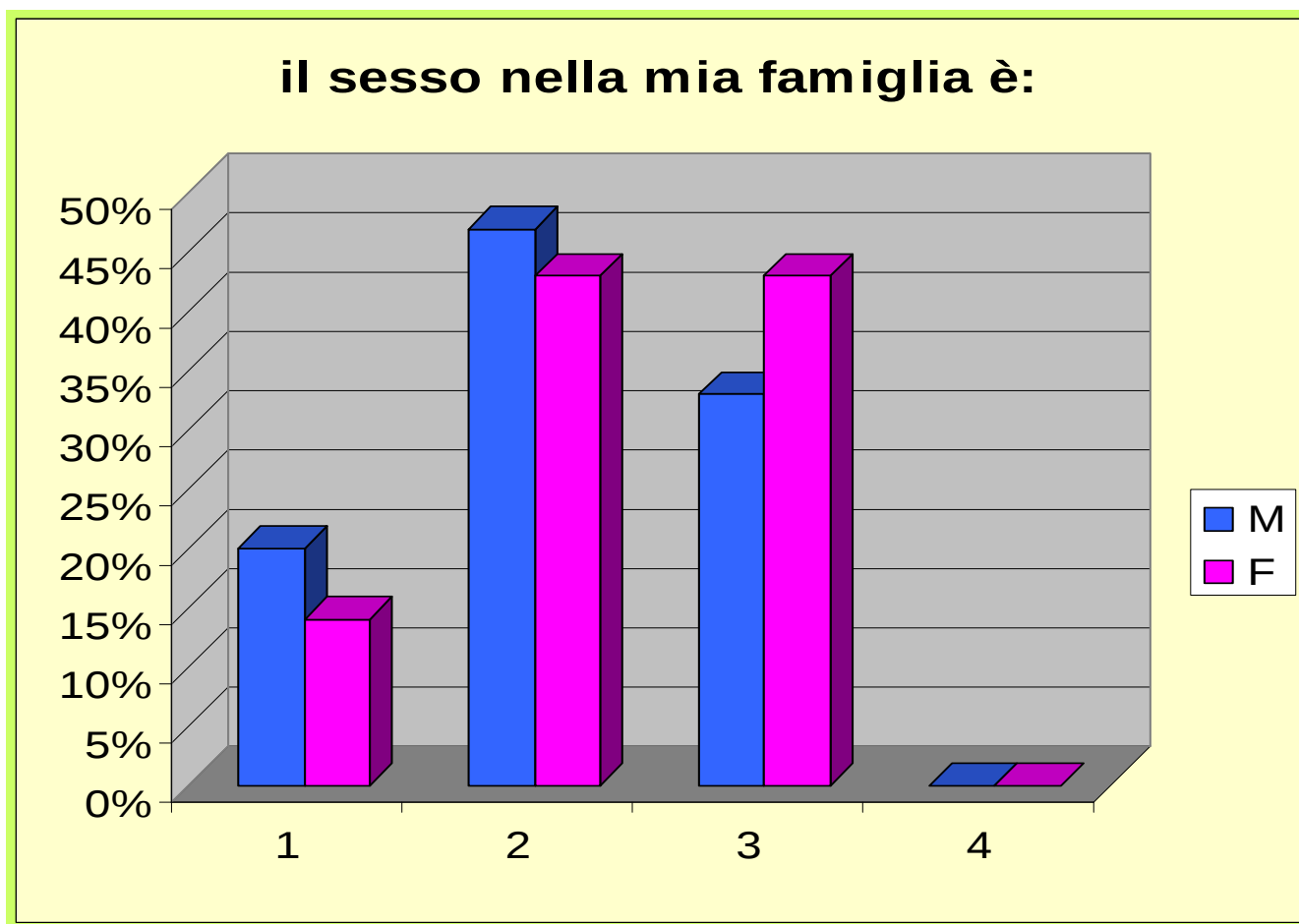
Questo contributo vi offrirà uno spaccato relativamente al primo punto indagato:

1. sesso in famiglia:
 - a) atmosfere familiari
 - b) domande in famiglia
 - c) fonte di conoscenze

IL SESSO NELLA MIA FAMIGLIA E'...

1. Un argomento di cui si parla liberamente
2. Un argomento che si affronta serenamente, anche se di rado
3. Un argomento imbarazzante di cui si parla il meno possibile
4. Un argomento assolutamente vietato

Tavola n.1

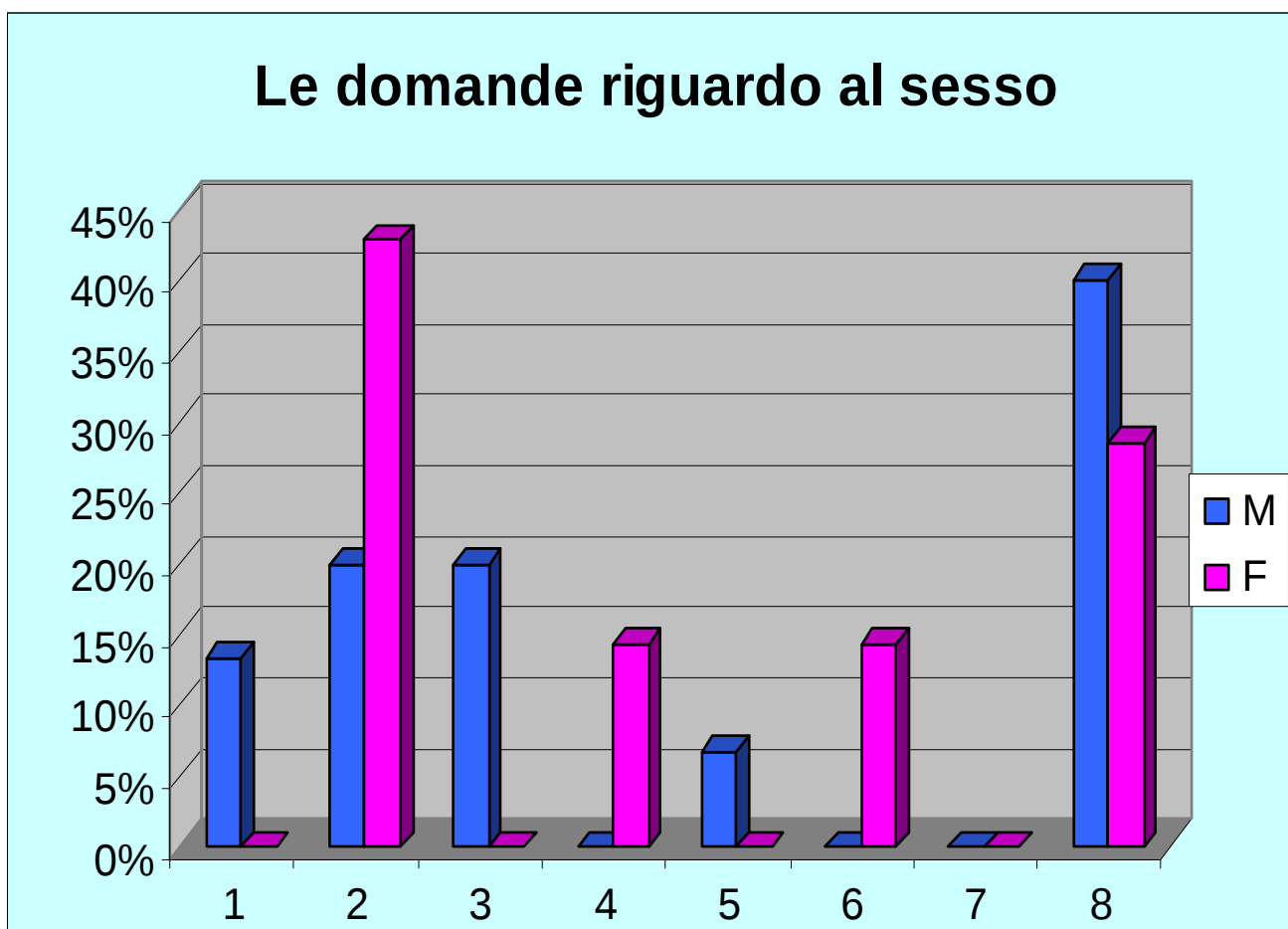


Come balza evidente dalla **tavola n. 1** nessuno dei soggetti ha risposto che in famiglia il sesso è un argomento vietato (item n. 4) . Vi è tuttavia una risposta piuttosto "tiepida" all'item n. 1: solo il 20% dei maschi ed il 15% delle femmine dichiara che il sesso è un argomento di cui si parla liberamente. Risultati significativi si incontrano invece negli item n. 2 e 3. La popolazione dei soggetti coinvolti si distribuisce con percentuali importanti su due fronti: per una buona parte (maschi soprattutto 50%) il sesso è un argomento che si affronta serenamente anche se di rado (item n. 2); tuttavia, per le ragazze questa volta in percentuale sovrastante (45%) il sesso è un argomento imbarazzante che si affronta il meno possibile (item n. 3).

LE DOMANDE RIGUARDO AL SESSO LE HO RIVOLTE PREVALENTEMENTE A...

1. Mio padre
2. Mia madre
3. Mio fratello
4. Mia sorella
5. Una zia, uno zio
6. Una cugina, un cugino
7. Un'altra persona adulta di casa
8. Nessuno della famiglia

Tavola n. 2



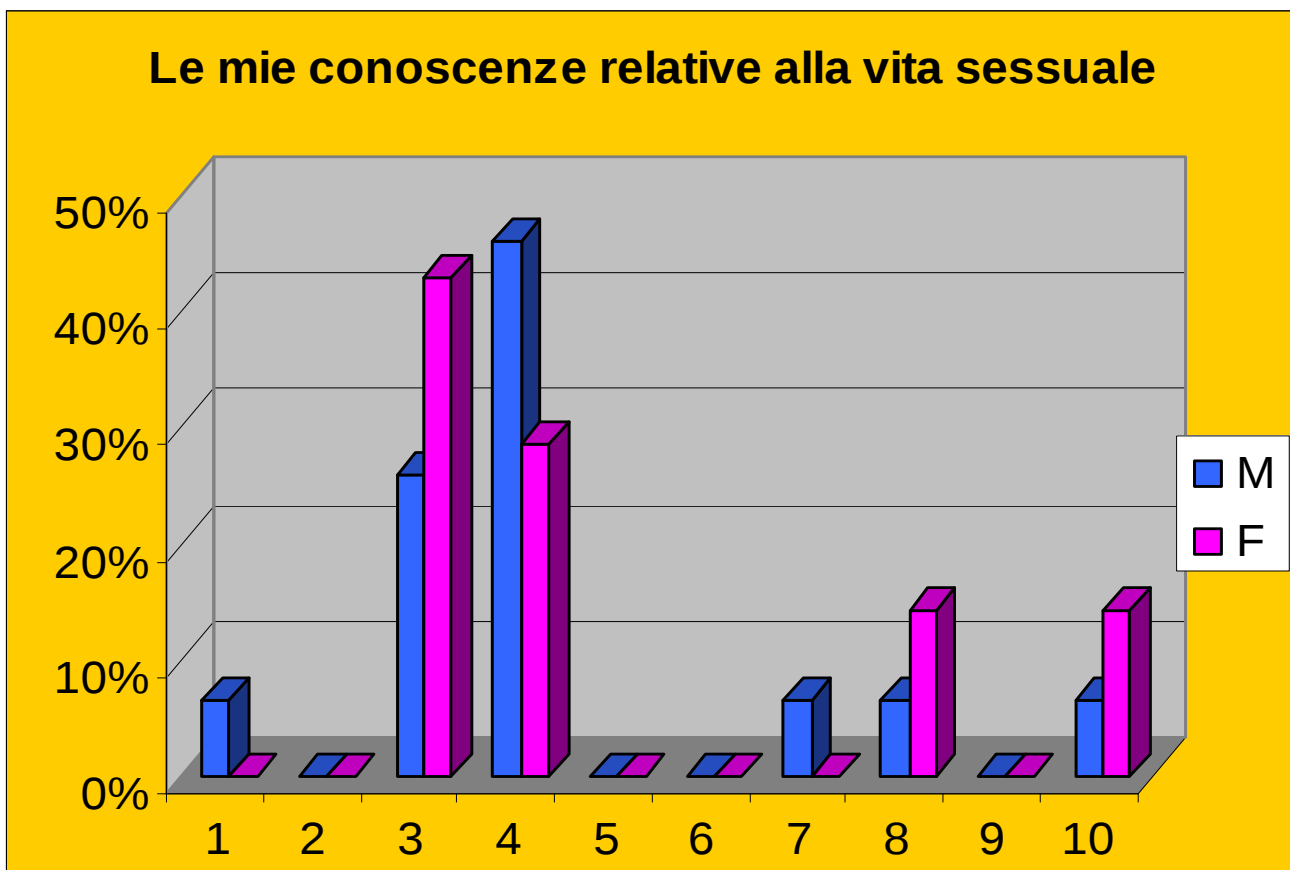
Sorprendente questo risultato emerso dalla **tavola n. 2**. Due picchi significativi (in corrispondenza agli item n.2 e n.8) ci indicano come le ragazze si trovino a loro agio in via esclusiva o confidandosi con la madre (più del 40%) o ricorrendo a risorse al di fuori della famiglia (un buon 25%). Nessun ricorso da parte loro al dialogo con il padre o il fratello maschio. Qualche preferenza è riservata alla sorella (maggiore) o cugina. Per i maschi invece

al padre (in misura minore), alla madre e al fratello maggiore è riservata una qualche attenzione. Ma il 40% circa ricorre all'ambiente esterno alla famiglia.

LE MIE CONOSCENZE RELATIVE ALLA VITA SESSUALE LE HO AVUTE SOPRATTUTTO:

1. Parlando con i miei genitori
2. Parlando con i miei fratelli o sorelle
3. Parlando con compagni o compagne di scuola
4. Parlando con amici o amiche (non compagni di scuola)
5. Parlando con i miei insegnanti
6. Parlando con altri adulti
7. Leggendo libri scientifici
8. Sfogliando articoli di riviste o giornali (non porno)
9. Sfogliando journaletti pornografici
10. Attraverso altri mezzi di informazione

Tavola n. 3



Per quanto riguarda la **tavola n. 3** un dato balza evidente: la fonte del proprio bagaglio conoscitivo relativo alla vita sessuale è fornito dal dialogo con coetanei, amici o compagni di

scuola. Le ragazze preferiscono il contesto scolastico, i ragazzi invece l'ambiente delle amicizie fuori da scuola.

RIFLESSIONI CONCLUSIVE

Educare alla sessualità non è certo compito facile per i genitori ed gli adulti che svolgono un ruolo educativo nei confronti di bambini e adolescenti. Soprattutto perché gli adulti, oggi genitori, debbono fare i conti a loro volta con limitazioni imposte dalla loro pregressa educazione.

Ho voluto offrirvi uno spaccato storico e culturale perché da lì necessariamente si passa per attivare poi un intervento pedagogico. Le ricette servono a ben poco. Si fa quel che si è. Riappropriandoci di una cultura sulla dimensione sessuale della persona, possiamo implementare la nostra consapevolezza su chi siamo noi stessi innanzitutto e conseguentemente su chi sono i nostri figli oggi e come potranno essere adulti domani sulla scorta del nostro esempio.

Giorgio Mariotto

Dr. Giorgio Mariotto

Psicologo – Psicosessuologo – Psicoterapeuta – Counselor Formatore
Direttore Scientifico della Scuola Triennale di Counseling "Strategie Creative"

Via Cavour 52/A – Bagnolo San Vito (MN)

Tel. 0376-229759 - cell. 333-5964754

info@strategiecreative.it

giorgiomariotto@libero.it