



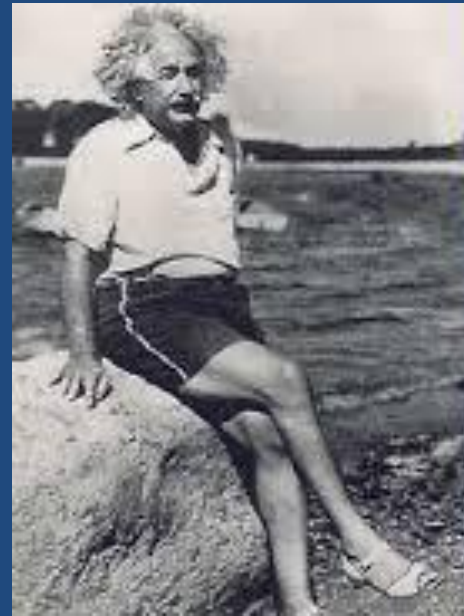
U.O. Assistenza Consultoriale
Consultorio Familiare Pescara "Via Milli"



Sessualità nella disabilità: un diritto

Dialogando con il Consultorio Familiare

Pescara, 9 maggio 2014

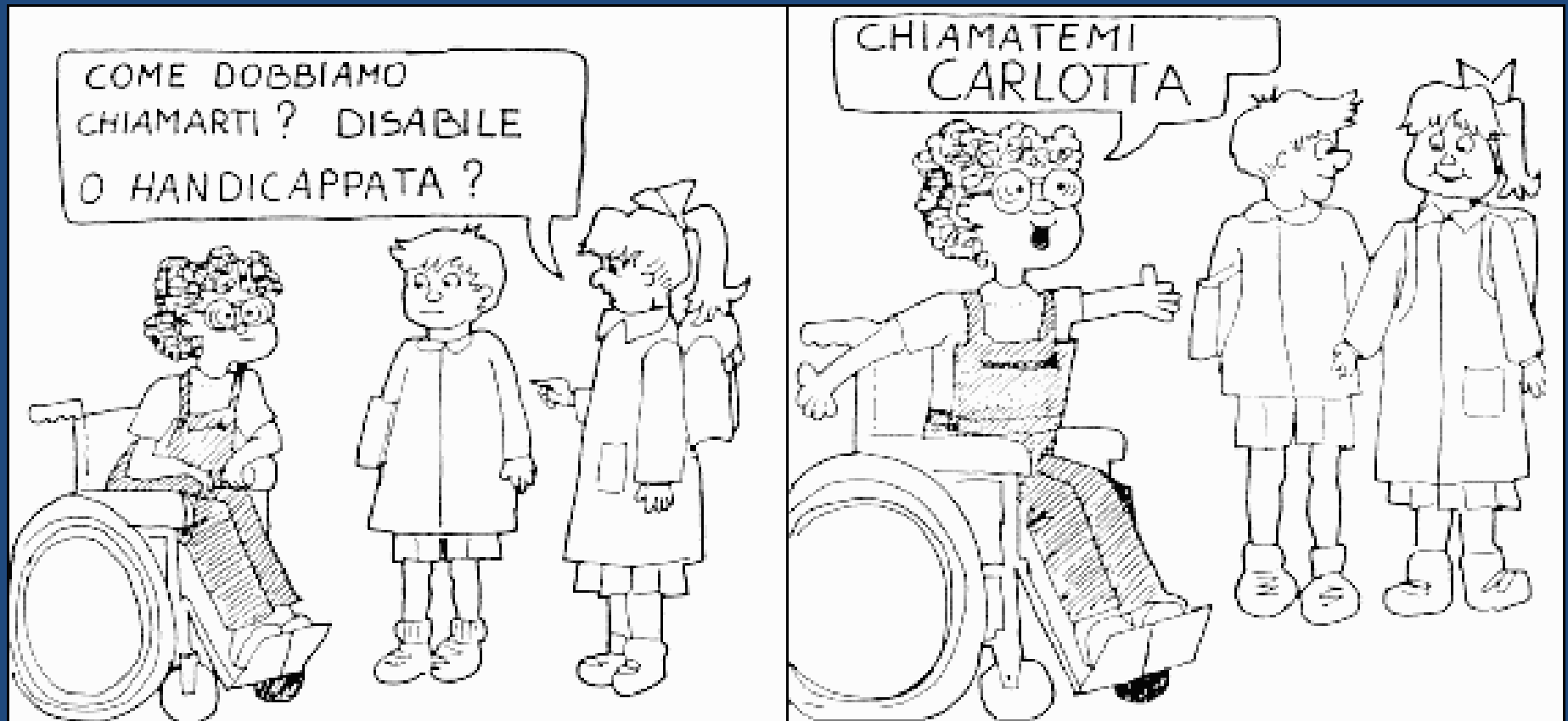


Il est plus **difficile**
de désagréger
un **préjugé**
qu'un **atome**.

Albert Einstein

*Dr.ssa Maria Chiara Sartorelli
Dirigente Psicologo - Psicoterapeuta*

Quali parole, quali persone?



Spesso si usa la categoria disabilità in maniera omnnicomprensiva e questo costituisce un grave errore metodologico.

La disabilità è un cappello enorme, all'interno del quale esiste una serie infinita di variabili e di mondi.



Sessualità nella disabilità

Sempre più spesso si assiste ad uno spostamento di attenzione dagli indicatori negativi (mal-essere) agli indicatori positivi (ben-essere) della condizione di una persona.

Le persone che vivono una condizione di difficoltà sono messi in condizione di provare ben-essere?

In che modo promuovere il loro benessere ?

Il Consultorio familiare

Il Consultorio Familiare come facilitatore
di processi di cambiamento:

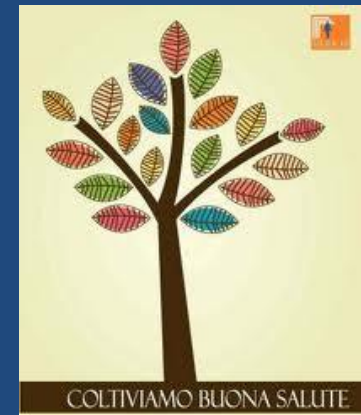


Il Consultorio familiare



Il Consultorio è sempre dalla parte delle donne, delle minoranze, di chi ha meno, dell'equità ed è sempre libero da pregiudizi di genere, razza o religione.

Il Consultorio è gratuito, lavora nell'ottica della prevenzione e del cambiamento degli stili di vita.



La sessualità nella disabilità

Finalmente si è squarciato il velo su una tematica che fino a pochi anni fa poteva considerarsi un vero e proprio tabù.

La sessualità e l'affettività delle persone con disabilità.



La sessualità

La sessualità nelle persone diversamente abili diventa una sfida, oltre che una necessità, e richiede una specifica formazione.

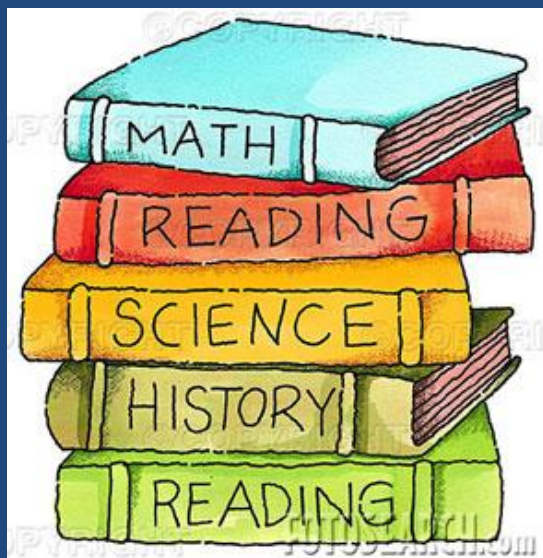
I programmi consultoriali di educazione alla sessualità nelle scuole sono rivolti a specifiche fasce di età e si occupano:

- Aspetti contraccettivi
- IST
- Aspetti psicologici (affettività e sessualità)



La sessualità

Ci dovrebbe essere un'educazione alla sessualità che coinvolga tutta la "rete" che si relaziona con i disabili, a partire dalla scuola e dalla famiglia per finire con le istituzioni.



La sessualità

La sessualità è una dimensione molto spesso esclusa dai progetti educativi rivolti alle persone con disabilità, secondo cui bisogna insegnare abilità e competenze che consentano l'accesso a più ampi spazi di

AUTOSUFFICIENZA

E' necessario, invece, che sia inclusa affinché possano attingere alle loro potenzialità e capacità di scelta per vivere la vita che essi scelgono di vivere in

AUTONOMIA

La sessualità

Probabilmente concedere una maggiore autonomia sessuale alle persone disabili spaventa la società, che è culturalmente impreparata a farlo

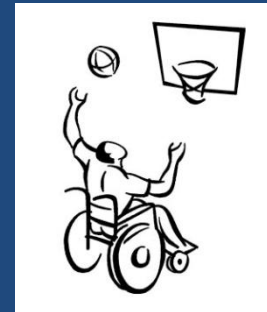


ma resta uno dei problemi più importanti che i genitori devono affrontare.

Sessualità nella disabilità

Una prima distinzione che va fatta nella sessualità della disabilità è sicuramente tra:

- disabilità fisica
- disabilità mentale



perché queste due diverse tipologie comportano problematiche del tutto diverse.

Sessualità nella disabilità

Mentre nella disabilità fisica/motoria siamo di fronte ad una

“incapacità/impossibilità di fare”

nella disabilità mentale/cognitiva si tratta di una

“incapacità nella responsabilità di fare”



lo spinoso problema degli abusi

Sessualità nella disabilità

E' chiaro che dentro questi due grandi gruppi ci sono tante altre sottocategorie, in ragione del grado di disabilità, e ciascuna di esse interferisce in maniera significativa nella percezione e nella realizzazione di una propria sessualità.



Obiettivo comune

La conquista della sessualità ***per tutte le persone, per tutte le Carlotta ed i Filippo*** sarà dura come lo è stata per tutti gli esseri umani, nel corso della storia dell'umanità.

Ma deve divenire una realtà, un diritto....



Amore e.....

Il diritto di amare ed essere amati, di provare emozioni, desiderio di intimità, di coccole, quel sentirsi speciali che riempie di gioia il cuore di ognuno.

In pratica il diritto all'amore prima ancora che alla sessualità.

Ma dove è possibile andare oltre.....bisogna ottenere una sessualità quanto più completa possibile.

Amore e.....

- Per giungere a vedere i disabili come uomini e donne con desideri, stimoli e necessità che appartengono ad ogni uomo e ad ogni donna.
- La sessualità non si riduce al solo rapporto sessuale:
sessualità è piacere mentale oltre che fisico, voglia di intimità, di incontro con l'altro, di carezze, di baci, di vicinanza, di affetto...



Maturazione sessuale

La rappresentazione che ogni essere umano ha della sessualità è il risultato **di esperienze gratificanti (affettive e corporee)** dell'infanzia, dalle quali si svilupperanno le prime relazioni, la capacità di riconoscersi e differenziarsi e la strutturazione di un'identità maschile o femminile.



Maturazione sessuale

- La sessualità si sviluppa attraverso l'armonica integrazione tra mente, affettività e corpo.
- Nelle persone disabili dalla nascita queste dimensioni del sé maturano e si integrano in modo poco armonico, con compromissioni qualitative nell'ambito dello sviluppo psicologico globale.
- La **maturazione dell'immagine di sé e della percezione della propria identità sessuale** risultano frequentemente incomplete.

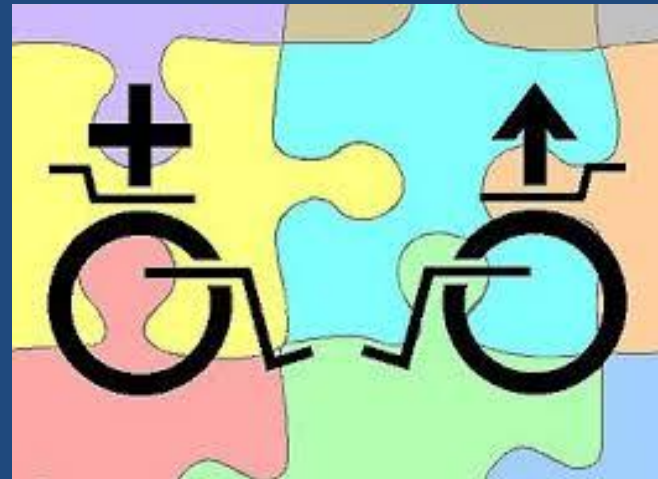
Maturazione sessuale

L'espressione della dimensione sessuale non è influenzata **solo** dalla gravità o dalla tipologia del deficit e dall'immagine corporea **ma anche** dal clima socio-culturale di riferimento, dalle dinamiche familiari ed extra-familiari, dall'educazione sessuale.



Maturazione sessuale

Mentre Carlotta e Filippo vogliono vivere la loro vita sessuale con aspettative e impulsi “normali”, i genitori e gli educatori provano disagio ed hanno dei veri e propri blocchi nell'affrontare l'argomento.



Gestione della sessualità

- La richiesta di controllo e gestione della sessualità spesso proviene dalle istituzioni: famiglia e servizi(*).
- La richiesta di aiuto reale sulla realizzazione di relazioni sentimentali e sessuali proviene dalle persone come Filippo e Carlotta.

E' molto importante che non sia negata la possibilità di confronto, che non siano ostacolate le occasioni per relazionarsi con l'altro sesso.

Gestione della sessualità

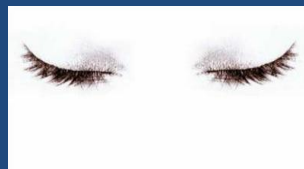
- Nelle famiglie c'è grande difficoltà nell'affrontare il discorso sulla sessualità perché nell'immaginario collettivo i disabili vengono visti come eterni bambini, quasi asessuati, oppure come iper-sessuati
- Per le donne disabili la situazione è più complicata.
Si pensa che una donna possa prescindere dall'appagamento sessuale, viceversa per l'uomo è maggiormente riconosciuta la possibilità delle pulsioni sessuali.

Credenze

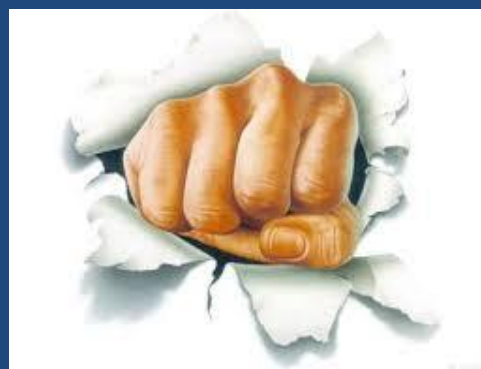
disabili come esseri asessuati
→ negazione



disabili come portatori di una sessualità irrilevante
→ da trascurare



disabili come portatori di una sessualità pericolosa
→ da reprimere



Compiti delle istituzioni

- Dare una risposta alla necessità di gestire gli impulsi sessuali in soggetti che, a causa dei loro deficit, non possono o non sanno controllare e vivere la propria sessualità in maniera normale e appropriata;
- Agevolare la realizzazione della propria sessualità, nel rispetto dei propri desideri e dei propri sentimenti, senza ignorare i limiti imposti dalla disabilità di ognuno.



Compiti della famiglia



Le famiglie non sanno come gestire i bisogni sessuali dei figli disabili, soprattutto nel periodo critico dell'adolescenza.

Spesso non sono preparate e hanno paura di affrontare il tema della sessualità.

La sessualità è invece un comportamento appreso e come tale va insegnato, prima ai genitori e poi ai figli
(Compito Consultoriale)

Compiti della famiglia



- E' ovvio che per affrontare il discorso della sessualità nelle disabilità ci sono degli strumenti più appropriati rispetto ad altri;
- un buon piano di educazione deve prevedere innanzitutto l'insegnamento di nuove competenze e solo in seconda istanza la modificazione di eventuali comportamenti inadeguati.

Educazione sessuale

- Il sesso è *biologia*
ma anche
- una forma di *conoscenza* del proprio corpo e di quello dell'altro;
- è emozione, vicinanza, sentimento;
- è *storia*, laddove le carezze si trasformano in un progetto con l'altro.



Educazione sessuale

E' necessario dare un senso al sesso; al desiderio sessuale si devono accompagnare la consapevolezza, l'intenzionalità, un buon modo di stare nella relazione e la capacità di modulare le emozioni.



Educazione sessuale

- Per educare la sessualità di persone come Carlotta e Filippo non è necessario pensare a modelli “speciali” ma si può fare riferimento ad un modello di educazione sessuale “normale”, adattandolo alle esigenze particolari di ogni persona.
- Le difficoltà cognitive, meta-cognitive e di relazione delle persone con disabilità richiedono però che prevalga lo *stile narrativo* e l’uso di un lessico adeguato.

Educazione sessuale

E' necessario spiegare (a coloro con disabilità mentale e relazionali) che:

- per intimità si intende lo scambio di parole, gesti, carezze, baci, sentimenti etc. con una persona che ***abbiamo scelto e che ci ha scelti;***
- presupposto di una relazione intima è la consapevolezza che il corpo nudo non può essere visto da tutti, che alcune parti del corpo non possono essere toccate da tutti e che per toccare le persone è necessario chiedere il consenso;

Educazione sessuale

- ogni tipo di relazione presuppone un diverso tipo di intimità (es.: con i parenti o con l'assistente si ha una relazione molto intima, ma non sessualmente caratterizzata).
- occorre consapevolezza della privacy: ogni persona ha diritto a stare sola in certi momenti ed è *suo diritto scegliere chi può accedere a situazioni intime*; questo insegna alla persona a sentirsi legittimata nel mettere un confine;

Educazione sessuale: vantaggi

- **permette** di conoscere il proprio corpo riducendo l'ansia e l'imbarazzo;
- **incrementa** l'autostima, riducendo il senso di diversità dovuto alla disabilità;
- **previene** la violazione delle regole sociali (comportamenti inopportuni a carattere sessuale);
- **incrementa** la capacità di entrare in relazione con l'altro aumentando il benessere delle persone;

Educazione sessuale: vantaggi

- riduce il pericolo di abuso sessuale in quanto aiuta a riconoscere le violazioni delle regole fondamentali del pudore e della sessualità.

L'incidenza degli abusi sessuali nella popolazione di persone disabili è maggiore rispetto a quella riscontrata nella popolazione in generale.

Educazione sessuale: come si fa?

- **Attraverso il gioco** è possibile spiegare l'anatomia del corpo maschile e femminile;
- **attraverso il disegno** è possibile permettere l'espressione delle fantasie relative alla sessualità;
- **attraverso la tecnica del role-play** è possibile mostrare il contatto rispettoso delle altre persone oppure sperimentarsi nell'espressione di sentimenti ed emozioni;
- **attraverso lavori in gruppo** è possibile creare ambiti di discussione per argomenti legati alla sessualità che non hanno spazio in altri luoghi.

Educazione sessuale: come si fa?

- **rispettando** le regole del pudore nella cura e nell'assistenza alla persona disabile, all'interno del contesto familiare e dei contesti istituzionali (centri diurni, scuola, ecc.) si fornisce un modello da imitare;
- No alla **promiscuità**: fratelli adolescenti di sesso diverso in camera insieme, baci sulla bocca tra genitori e figli, uso comune del bagno:
sono abitudini che non aiutano i ragazzi a sviluppare comportamenti adeguati.

Educazione sessuale: come si fa?

- Esiste un rapporto tra autonomia personale e sessualità: genitori che aiutano il figlio adolescente dell'altro sesso a lavarsi creano difficoltà nello sviluppo di una consapevolezza appropriata.
- È necessario dire sempre la verità: se un figlio chiede se potrà sposarsi, sarà importante aiutarlo a capire che questo vuol dire aver trovato una compagna che vuole la stessa cosa, che bisogna avere una casa e del denaro per far fronte alle spese, che bisogna saper fare alcune cose per cavarsela da soli.

La dimensione relazionale

È in questa cornice che l'incontro tra la promozione del ben-essere e il processo educativo assume esplicito riconoscimento.

La dimensione relazionale risulta strategica nella determinazione dello stato di ben-essere di una persona

*Ben-essere come progetto dinamico
da condividere con gli altri*

Verso quale futuro

L'obiettivo prioritario nel campo dell'educazione è quello di favorire l'adozione di un atteggiamento positivo nei confronti delle esperienze di vita, per essere in grado di gestire le proprie scelte e adottare comportamenti consapevoli nella direzione della propria felicità/benessere.



Verso quale futuro

“bisogna insegnare a vivere”

Questo significa che tutti abbiamo le potenzialità per *decidere di essere* ciò che vogliamo e ruolo dell'educazione è quello di permettere l'attivarsi di questo potenziale.

L'OMS individua nel godimento del più alto livello possibile di salute uno dei diritti fondamentali dell'uomo.

Quali risorse?

L'OMS ci dice che esistono delle competenze che ci aiutano a *stare bene*, si chiamano **LIFE SKILLS** (competenze per la vita).

Sono comuni a tutti e vanno prima apprese, poi allenate e di conseguenza utilizzate.

Es.: la capacità di dire no e di non aderire ai desideri degli altri senza riguardo per il proprio bisogno di libertà e protezione;

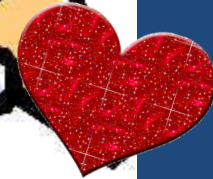
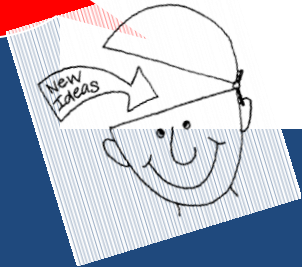
Come fare - Life Skills

Nel glossario della promozione della salute dell'OMS (1998) le LS vengono definite come:



“l’insieme delle abilità utili per adottare un comportamento positivo e flessibile e far fronte con efficacia alle esigenze e alle difficoltà che si presentano nella vita di tutti i giorni”.

Life Skills



Life Skills

Autoconsapevolezza

Pensiero critico

Empatia

Capacità decisionali

Gestione delle emozioni

Pensiero creativo

Capacità di relazione interpersonale

Problem solving

Gestione dello stress

Capacità di comunicare in maniera efficace

Life Skills

- Puntano alle capacità dell'individuo di essere alla **guida** della propria vita;
- sono abilità e capacità che ci permettono di acquisire un **comportamento versatile e positivo**, grazie al quale possiamo affrontare efficacemente le richieste e le sfide della vita quotidiana;
- contribuiscono alla nostra percezione di **autoefficacia**, autostima e fiducia in noi stessi.

Life Skills

Acquisire e applicare in modo efficace le Life Skills può influenzare il modo in cui ci sentiamo rispetto a noi stessi e agli altri ed il modo in cui noi siamo percepiti dagli altri.

Le Life Skills, quindi, giocano un ruolo importante nella promozione del benessere mentale, nella prevenzione del disagio mentale e dei problemi comportamentali e di salute.

Life Skills – Autoconsapevolezza

Capacità di riconoscere sé stessi come persona, nella complessità dei propri bisogni, sensazioni, punti di forza e debolezza:

Consapevolezza delle sensazioni

Consapevolezza dei sentimenti

Consapevolezza dei pensieri

Consapevolezza del linguaggio

Consapevolezza dei comportamenti



Life Skills – Autoconsapevolezza



Se nessun tipo di barriera blocca l'accesso ai contenuti interni, il comportamento dell'individuo sarà in accordo con quelli che sono i suoi bisogni più profondi ed egli sarà in grado di soddisfarli nel modo più adeguato.

Capacità di riconoscere i bisogni e di saperli soddisfare portano a percepirsi come autoefficace.

Life Skills – Gestione delle emozioni

Emozioni, dal latino *e* (da) *movere* (muovere), comportano un movimento interno e sono un costrutto psicologico complesso.

La capacità di riconoscere le emozioni in se stessi e negli altri, di essere consapevoli di come le emozioni influenzano il comportamento, ci mette in grado di rispondere alle emozioni negative in modo appropriato e modulare una reazione adeguata alle emozioni altrui.



Life Skills – Gestione delle emozioni

E' importante che i ragazzi (tutti, ma ancora di più i nostri Carlotta e Filippo) imparino a riconoscerle, aumentino la loro consapevolezza e migliorino la capacità di esprimerle in maniera consapevole, integrando gli aspetti emotivi con quelli cognitivi.



Life Skills – Relazioni interpersonali



Ciascuno di noi, nel proprio modo di rapportarsi con le persone che lo circondano, tende ad adottare uno Stile Relazionale in modo più ricorrente:

- ❖ lo stile è il frutto della storia individuale di ognuno
- ❖ Si forma in epoca adolescenziale
- ❖ Deriva dalla alternanza tra la passività sperimentata nell'infanzia e l'aggressività di voler ottenere la libertà e l'autonomia.

Life Skills – Relazioni interpersonali



Stile Passivo: consente agli altri di trarre vantaggio dalla violazione dei propri diritti, difficilmente raggiunge i propri obiettivi, cattiva immagine di sé, comunicazione inibita e poco espressiva;

Stile Aggressivo: viola i diritti altrui, raggiunge i propri obiettivi a spese degli altri, immagine di sé debole, si intromette nelle scelte altrui. Ha uno stile di comunicazione collerico ed esplosivo;

Life Skills – Relazioni interpersonali



Stile Assertivo: fa valere i propri diritti rispettando quelli altrui, raggiunge i propri obiettivi senza danneggiare gli altri, ha una immagine di sé positiva, un buon livello di autostima e comunica in modo aperto ed efficace.



Facilita relazioni funzionali, libere e positive

Life Skills - Gestione dello Stress

Lo stress è una “risposta non specifica dell’organismo ad ogni richiesta effettuata ad esso”. (H.Selye, 1936)

Si manifesta quando viene a crearsi una contrapposizione tra le richieste dell’ambiente e le possibilità dell’individuo di rispondervi adeguatamente.



Life Skills - Gestione dello Stress

Uno studio ormai classico sulle strategie di *coping* (*inteso come l'insieme di strategie mentali e comportamentali che sono messe in atto per fronteggiare una certa situazione*) nel corso di malattie croniche ha evidenziato che le modalità con cui una persona affronta la sua malattia influenzano significativamente il suo benessere psicofisico.

Life Skills - Gestione dello Stress

E' la capacità di saper riconoscere e controllare le fonti di tensione "sia tramite cambiamenti nell'ambiente o nello stile di vita, sia tramite la capacità di rilassarsi".

