PERCORSO AFFETTIVITA' E SESSUALITA'

FORMAZIONI INSEGNANTI

Consultorio Giovani Open G

Luoghi di Prevenzione

Reggio Emilia, 15 ottobre 2018

MENTALIZZAZIONE DEL CORPO

Le trasformazioni del corpo in adolescenza → un importante lavoro psichico per produrre rappresentazioni mentali della maturazione corporea.

Lo sviluppo delle caratteristiche sessuali secondarie, che definiscono l'identità corporea maschile e femminile, impongono un importante lavoro di riconoscimento mentale (metamorfosi corporea)

Mentalizzazione del corpo

- Profondo processo di simbolizzazione delle esperienze di eccitamento, desiderio e forza muscolare
- Primo compito evolutivo: costruzione dell’immagine mentale del proprio corpo
- Significato narcisistico, etico, relazionale ed affettivo alle nuove funzioni del corpo
- Alla precedente immagine del corpo infantile si mettono le basi per l’identità di genere e di quella sessuale

Mentalizzazione del corpo

- Il corpo è oggetto di investimento affettivo
- La costruzione dell'immagine corporea comporta delle sperimentazioni
- Il corpo viene utilizzato, valorizzato, disconosciuto, amato, vestito, travestito, fonte di rivalità o di sentimento di inferiorità ed è mezzo di espressione dei proprio conflitti e delle proprie modalità relazionali
- Si usa il corpo come supporto per la costruzione di una identità sociale
- Corpo per differenziarsi dall'altro e per trovare nel contempo una somiglianza rassicurante

Mentalizzazione del corpo

L’adolescente si confronta con un corpo doppio: il corpo dell’infanzia (famigliare e gestito dai genitori) e un corpo nuovo (non famigliare, non rappresentabile perché luogo di vissuti sconosciuti, gestito in autonomia dal ragazzo/a); questo genera delle ambivalenze nel rapporto con i genitori.

Compito evolutivo è quello di riappropriarsi del nuovo corpo.

Senso di estraneità: la perdita dei riferimenti e dei limiti porta l’adolescente a trattare il corpo come un oggetto esterno alla sua vita psichica.

Mentalizzazione del corpo

- L’adolescente esprime il processo di mentalizzazione del corpo anche attraverso forti espressioni di estremizzazione dell’apparenza (look estremi, provocatori…) che marcano la differenza con l’innocenza del corpo infantile.
- Ci vorrà un periodo lungo affinché la stima di sé, il narcisismo, l’amore che l’adolescente si porta dentro, il suo senso di sicurezza e il suo senso di esistere, si ricostituiscano.
- Il nuovo corpo è progettato per l’accoppiamento con un altro corpo.

EMOZIONI E RELAZIONI: COME LE VIVONO GLI ADOLESCENTI?

- Come ci si sente quando si è innamorati?
- Qual è la differenza tra amore e amicizia?
- Chi fa il primo passo?
- Cosa ne pensano i genitori e gli amici? Quanto conta questo per i ragazzi?
- Cosa conta in una relazione?

INNAMORAMENTO

Tappa fondamentale che rinforza:

- L’identità e il ruolo sessuale
- L’autonomia
- L’autostima

Uno dei **compiti di sviluppo** degli adolescenti è la **Sessualizzazione** ovvero la costruzione di nuovi legami affettivi (Gustavo Pietropolli Charmet).

Sviluppo di una competenza emotiva

costruzione di legami affettivi e sentimentali

CONOSCENZA, ESPRESSIONE e REGOLAZIONE DELLE EMOZIONI

LIFE SKILLS

*"Abilità/capacità/competenze che permettono di acquisire un **comportamento positivo**, grazie al quale possiamo **affrontare efficacemente le richieste e le sfide della vita quotidiana** rapportandoci con fiducia a noi stessi, agli altri e alla comunità" OMS*

Le life skills contribuiscono l'instaurarsi di un **comportamento sano**, di **relazioni interpersonali positive**, e al raggiungimento del **benessere**

Le life skills possono essere molte e variare in base al contesto sociale e culturale in cui vengono considerate.

L'OMS ne ha definito un nucleo fondamentale che comprende:

1. **Decision making**
2. **Problem solving**
3. **Creatività**
4. **Senso critico**
5. **Comunicazione efficace**
6. **Skills per le relazioni interpersonali**
7. **Autocoscienza**
8. **Empatia**
9. **Gestione delle emozioni**
10. **Gestione dello stress**

SKILLS PER LE RELAZIONI INTERPERSONALI

Capacità di interagire e relazionarsi con gli altri in modo positivo. Questo vuol dire saper creare e mantenere relazioni significative, fondamentali per il benessere psico-sociale, sia in ambito affettivo che amicale che familiare.

Può inoltre significare essere in grado di interrompere le relazioni in modo costruttivo.

EMPATIA

Capacità di comprendere gli altri, di “mettersi nei loro panni”, anche in situazioni che non ci sono familiari.

GESTIONE DELLE EMOZIONI

Significa riconoscere le emozioni in sé e negli altri, essere consapevoli di come le emozioni influenzano il comportamento e riuscire a gestirle in modo appropriato.

Emozioni intense, come la rabbia e il dolore, se non riconosciute e gestite, possono avere effetti negativi sulla salute.

LE EMOZIONI IN ADOLESCENZA

Rispetto all’infanzia, nell’adolescenza l’esperienza di emozioni a valenza positiva tende a diminuire.

Rispetto agli adulti, gli adolescenti provano emozioni a **intensità più elevata,** soprattutto per le emozioni a valenza negativa che vengono vissute con maggiore frequenza.

La loro vita emotiva si caratterizza spesso per la presenza di emozioni estreme.

CONFLITTO

- Il conflitto è un aspetto naturale della relazione che deve essere gestito al fine di far procedere la relazione stessa.
- Il conflitto può risultare positivo o negativo a seconda di come si gestisce (dalle specifiche mosse dei diversi partecipanti di cui ciascuno è responsabile).
- **L'assenza** di conflitto o il suo **evitamento** non è sempre positiva, può essere indice di una conflittualità che rimane inespressa quindi non gestita.

VIOLENZA

La violenza è ciò che rende chiunque le sia sottomesso una cosa (dott.ssa Margherita Graglia).

Si intende per violenza di genere quell'insieme di azioni, spesso reiterate nel tempo, che uomini diversi tra loro per età, condizione sociale, livello di istruzione, nazionalità, religione, compiono ai danni delle donne, principalmente della loro compagna, all'interno di una relazione di intimità o famigliare.

Non si tratta solo di violenza fisica ma anche di vessazioni psicologiche, ricatti economici, minacce, violenze sessuali, persecuzioni compiute contro una donna in quanto donna. Può sfociare nella forma più estrema, il femminicidio.

LE COMPONENTI DELL'IDENTITÀ SESSUALE

- Sesso biologico: l'appartenenza biologica al sesso maschile o femminile determinata dai cromosomi sessuali
- Identità di genere: l'identificazione primaria della persona come maschio o femmina.
- Ruolo di genere: l'insieme di aspettative e ruoli su come gli uomini e le donne si debbano comportare in una data cultura e in un dato periodo storico.
- Orientamento sessuale: l'attrazione erotica ed affettiva per le persone dell'altro sesso, dello stesso sesso o entrambi.

ORIENTAMENTO SESSUALE

È l’attrazione affettiva, amorosa, sessuale verso persone

Dell’altro sesso: **Eterosessualità**

dello stesso sesso: **Omosessualità**

o di entrambi i sessi: **Bisessualità**

L’orientamento sessuale non si sceglie né può venire imposto o modificato dall’esterno.

Fare **coming out** = dichiarare apertamente la propria omo-bisessualità.

OMOFOBIA: pensieri, sentimenti e comportamenti negativi rispetto all'omosessualità e alle persone omosessuali.

È omofobia insultare, denigrare, discriminare e ritenere inferiori le persone omosessuali.

ADOLESCENTI E INTERNET

- Nativi digitali, vivono in un “ecosistema mediale” (Lancini)
- Telefonini come “protesi tecnologiche nella società del “Distanti ma mai più soli: sempre in contatto”.
- Reale e virtuale si compenetrano determinando le esperienze vissute quotidianamente

Non si può demonizzare la rete

PUBBLICITÀ, MASS MEDIA, INTERNET

L’influenza dei mass media a una significativa influenza sul modo di affrontare i temi sessuali da parte dei più giovani.

Tutti noi siamo oggi bombardati da continui messaggi più o meno espliciti che hanno a che vedere con il sesso.

“PORNOGRAFIZZAZIONE” (LANCINI)

- Processo sociale che vede estendersi la pornografia oltre i confini in cui era presente nel passato
- Trasgredisce i confini del pudore perché si mostra in TV, pubblicità, teatro, video clip musicali
- Internet ha abbattuto gli ostacoli economici e di anonimato rendendo possibile una disponibilità sconfinata di immagini, video e testi pornografici.

ALCUNI PERICOLI NELLA RETE…

- Sexting
- Cyberbullismo
- Gambling

PRECOCIZZAZIONE

- Anticipazione delle condotte
- Riduzione del tempo di latenza tra l'infanzia e l'adolescenza
- Anticipazione degli spazi di autonomia
- Identificazione con i modelli dell'identità di genere femminile e maschile adulti

PRECOCIZZAZIONE

- Indefinitezza dei ruoli e dei generi
- Sperimentazione e libertà dei costumi sessuali
- Affetti e sessualità ai tempi della tecnologia
- La procreazione disgiunta dalla sessualità
- Dotazioni del corpo naturale vs. opportunità offerte dall'innovazione tecnologica

ADOLESCENTI E TECNOLOGIA

- Nei blog l'adolescente rielabora nel racconto che scrive e pubblica la propria esperienza sessuale. L'assenza di censura del discorso rende il blog il luogo della trasgressione, della sperimentazione, anche se solo a livello di parola
- ll racconto del blog, mescolando aspetti reali e vissuti personali con elementi immaginari, consente all'adolescente di dare spazio alla parte più fantasmatica della propria sessualità, quella intima e non condivisibile
- Nella maggior parte dei casi le narrazioni non descrivono comportamenti sessuali vissuti e reali ma usano il discorso sessuale per esprimere aspetti plurimi di sé. Si incrociano mondi esistenziali e corporei diversi e non definiti una volta per tutte

ADOLESCENTI E TECNOLOGIA

- Molte delle parole usate per parlare di sessualità fanno riferimento all'area idee/vissuti, alla sfera dei sentimenti e delle relazioni e all'area semantica delle sensazioni
- Tra le parole della sessualità nei blog ci sono più riferimenti al benessere emotivo piuttosto che al disagio emotivo
- I giovani blogger sessuali sperimentano on line la dimensione sessuale ma non cercano in rete un supporto o un aiuto, cosa che invece è propria dei forum, strumento per sua natura più interattivo

SESSO? SICURO!

FISIOLOGIA

NEL MASCHIO

- Anatomia dei genitali maschili
- Domande e preoccupazioni (aspetti prestazionali: misure e durata; circoncisione; fimosi; frenulo breve)

NELLA FEMMINA

- Anatomia dei genitali femminili (ciclo mestruale)
- Domande e preoccupazioni (imene, verginità, rimanere incinta)

SESSO? SICURO!

CONTRACCEZIONE

Metodi di barriera (preservativo, diaframma);

metodi ormonali (pillola, cerotto, anello, impianto sottocutaneo);

metodi meccanici (spirale);

metodi naturali (temperatura basale, billings, metodo sintotermico, individuazione del periodo fertile computerizzato)

Pillola del giorno dopo

È un farmaco d'emergenza; la sua efficacia non è assoluta; non previene le IST; non interrompe una gravidanza già in atto

RESISTENZE ALLA CONTRACCEZIONE

SESSO? SICURO!

INFEZIONI SESSUALMENTE TRASMESSE (IST)

- **Modi di trasmissione** (fluidi biologici: sperma, fluidi vaginali, sangue; contatto tra mucose)

- **Come individuare una IST?** Sintomatiche (bruciori, pruriti, perdite ecc) o asintomatiche

E' importante parlane con un medico se si hanno rapporti non protetti da preservativo

MODELLI DI GENERE

FEMMINE E MASCHI Differenze effetto di predisposizioni biologiche e culturali

- **Corpo femminile**: cavità generativa, organi sessuali e riproduttivi nascosti, da scoprire, menarca e dolori mestruali
- **Corpo maschile**: organi sessuali e riproduttivi visibili, da confrontare, polluzione e masturbazione, intenso e significativo sviluppo della massa muscolare

- **Gruppo femminile**: *cammina e chiacchiera, di cosa parliamo oggi?* ricerca del segreto in profondità, simbolizzazione, sviluppo di pensieri e linguaggio, primato di parola
- **Gruppo maschile**: *corre e sputa, si muove, cosa facciamo oggi?* orientati all'esplorazione, a raggiungere mete sempre nuove e più lontane, a lanciare il corpo nell'avventura, primato di azione

MODELLI DI GENERE

MASCHI E FEMMINE Pari opportunità educative e pari opportunità di sviluppo

- Femmine alle prese con la necessità di dare spazio alla propria realizzazione personale, individuale e sociale; oscillano tra desiderio di affermazione di sé e cura e accudimento delle relazioni, fra competizione e solidarietà.
- Maschi in difficoltà nell'adeguarsi a un modello tradizionale maschile fondato sulla supremazia della virilità

MODELLI DI GENERE

SPERIMENTAZIONE SESSUALE diffusa e accettata

- Debutto sessuale come uno dei possibili terreni di sperimentazione, collaudo della propria identità di genere, esplorazione di sé e dell'altro, uso del nuovo corpo
- Relazione amorosa come ambito di sperimentazione e affermazione di sé e non come reciprocità

MODELLI DI GENERE

RISCHI

- Rischio di negare le differenze in nome delle pari opportunità
- Rischio di negare i conflitti, le tensioni aggressive, fino a confonderle con il bullismo o peggio ancora con l'inizio di una violenza di genere maschile
- Rischio di negare uno sviluppo femminile armonico con i tempi, spingendo verso una iperseduttività o verso un'ipervirilizzazione prestativa
- Ideali di perfezione rischiosi rispetto al corpo e alle sue dotazioni naturali