


Omosessualità ... Disturbi Mentali ... Omofobia

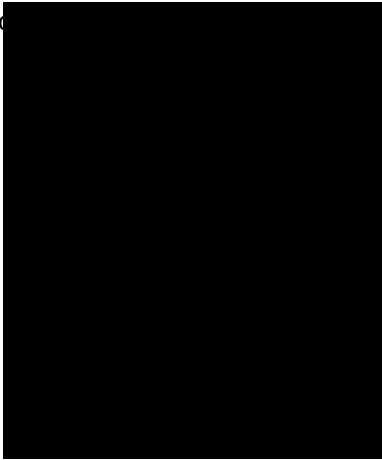
Categoria : RUBRICA MEDICA

Publicato da [Dott. Michele Sannino](#) in 30/9/2009



Una persona si definisce omosessuale quando prova sentimenti di innamoramento, desideri, ed attrazione erotica nei confronti di altre persone dello stesso sesso. Sul perché e sul come si diventi omosessuale si è molto parlato. Nonostante ciò, non esiste ancora uno studio scientifico o un'ipotesi ufficiale che possa, con assoluta certezza, spiegare il perché una persona diventi omosessuale ed un'altra eterosessuale. L'unica cosa di cui si è certi è che l'omosessualità non sia una malattia, ma semplicemente una variante normale della sessualità umana.

La parola omosessualità è stata tolta definitivamente dal Manuale Statistico e Diagnostico dei Disturbi Mentali (DSM; Diagnostical and Statistical Manual of Mental Disorder, manuale dove psicologi e psichiatri possono trovare le linee guida con cui stabilire la presenza o meno di un disturbo mentale) già dal 1973. Il documento dell'Associazione Psichiatrica Americana (APA), che sanciva questa modifica, dichiarava: "L'omosessualità in sé non implica un deterioramento nel giudizio, nell'adattamento, nel valore o nelle generali abilità sociali o motivazionali di un individuo". Già da molto tempo, dunque, è ingiustificato considerare l'omosessualità come una malattia, ma nonostante questo le persone comuni continuano ad avere questo pregiudizio e gli omosessuali continuano ad essere vittime dell'omofobia! La società in cui la persona omosessuale vive, infatti, è ancora fortemente omofobica ed eterosessista, e ciò influenza enormemente lo sviluppo individuale ed il comportamento di gay e lesbiche. A causa dell'omofobia e dell'eterosessismo, infatti, la persona omosessuale, fin dall'adolescenza, sperimenta sensazioni di diversità e di sofferenza emotiva,



he la spingono verso l'isolamento sociale e che le impediscono di venire allo scoperto (coming out).

L'ostilità nei confronti dell'omosessualità (omofobia) è così diffusa nella nostra società che la maggior parte dei giovani omosessuali ha avuto per genitori persone **omofobiche** e, nel corso della propria infanzia e adolescenza, ha frequentato insegnanti, compagni di scuola, amici di famiglia, ecc., omofobici.

Durante il periodo di esplorazione della propria identità, quindi, **gay e lesbiche** sono già consapevoli della mancanza di approvazione del comportamento omosessuale da parte della società e hanno già appreso, dal loro contesto culturale, che provare sensazioni omoerotiche è meritevole di **vergogna**. Ecco perché è spesso inevitabile che durante l'adolescenza gli omosessuali si percepiscano come diversi e inadeguati e che molti di loro scelgano il **ritiro sociale** e l'isolamento.

L'isolamento della persona omosessuale avviene secondo un modello ciclico. In un primo momento l'adolescente gay o lesbica non riesce a spiegare a se stesso la propria diversità ed è solo con il trascorrere del tempo che diventa consapevole di provare attrazione e sentimenti di amore nei confronti di persone dello stesso sesso. Tale consapevolezza, dal momento che viviamo in un **contesto omofobico**, può compromettere in modo serio la conduzione della vita sociale di alcuni, che preferiscono isolarsi e vivere la propria omosessualità nella segretezza. Altri, invece, si nascondono dietro uno stile di vita convenzionale, aumentando il divario tra "identità pubblica" e "identità privata o omosessuale". Inoltre, durante l'adolescenza, tutti gli **omosessuali**, o quasi, hanno paura che le altre persone vengano a conoscenza del proprio orientamento sessuale e sviluppano, per questo, una maggiore attenzione nei confronti del contesto sociale di appartenenza, quindi diventano più sensibili alle offese dei loro coetanei.

Lo sviluppo di una **rete di amicizie** per i giovani **gay e lesbiche**, per questo motivo, avviene molto lentamente, soprattutto a causa della paura di essere rifiutati dai loro compagni. La paura del rifiuto fa sì che spesso molti giovani omosessuali diventino dipendenti da una piccola rete di persone ai quali hanno rivelato (**coming out**) il loro orientamento sessuale. Così, durante l'adolescenza, si trovano a parlare di sé e dei propri problemi con poche persone e, nello stesso tempo, a **nascondere la propria sessualità** a tutti gli altri (inclusi genitori e fratelli). Tale situazione intensifica la percezione della loro diversità. Infine, la difficoltà di parlare con gli altri di sé favorisce nei giovani gay e lesbiche l'interiorizzazione acritica degli assunti omofobici ed eterosessisti della società, che sono causa dell'isolamento stesso.

Il termine **omofobia** (che deriva dal greco $\phi\beta\omicron\phi\beta\iota\alpha$ = stesso e $\phi\beta\omicron\phi\beta\iota\alpha$ = timore, paura) significa letteralmente "paura nei confronti di persone dello stesso sesso" e più precisamente si usa per indicare l'intolleranza e i sentimenti negativi che le persone hanno nei confronti degli uomini e delle donne **omosessuali**. Essa può manifestarsi in modi molto diversi tra loro, dalla battuta su una persona gay che passa per la strada, alle offese verbali, fino a vere e proprie minacce o aggressioni fisiche. In seguito all'**omofobia**, ad esempio, alcuni eterosessuali, raccontano di sentirsi a disagio in presenza delle persone gay o lesbiche, altri si mettono a ridere quando le incontrano per strada. Altri ancora dicono di essere disgustati dai loro comportamenti, arrabbiati o indignati. Anche la parola "frocio" può essere considerata come espressione di **omofobia**, perché di

solito viene usata con una connotazione negativa.

Come nasce l'omofobia? L'omofobia deriva dall'idea che siamo tutti eterosessuali e che è normale e sano scegliere un partner del sesso opposto (**eterosessismo**). Tale considerazione è basata anche sulla falsa credenza che in natura non esistano comportamenti omosessuali (*“omosessualità è contro natura”*); molti animali, invece, presentano **comportamenti omosessuali**, tra cui topi, criceti, porcellini d'India, conigli, porcospini, capre, cavalli, maiali, leoni, pecore, scimmie, e scimpanzé.

L'**omofobia**, inoltre, si alimenta in vari modi. Innanzitutto la società è spesso diffidente nei confronti delle diversità, fino al punto di considerarle pericolose. Tale mancanza di fiducia riguarda tutte le minoranze portatrici di valori nuovi o diversi (es. anche i primi cristiani) perché minacciano quelli convenzionali. Il **pregiudizio anti-gay**, inoltre, è rinforzato dall'ignoranza e dalla mancanza di contatti con la comunità omosessuale. Gli individui omofobici, di fatto, non conoscono la realtà gay e lesbica e ne hanno un'idea astratta basata su ciò che hanno sentito dire dagli altri. Infine, noi tutti tendiamo ad agire in modo coerente con ciò che viene ritenuto desiderabile e giusto in base alle **convenzioni sociali** dominanti. Questo meccanismo, ad esempio, è alla base del fatto che si è soliti deridere i gay perché è consuetudine farlo.

Le credenze negative nei confronti dell'omosessualità, inoltre, sono così diffuse nella nostra società che anche gay, lesbiche e bisessuali tendono ad essere omofobici. In questo caso l'omofobia prende il nome di omofobia interiorizzata.

L'**omofobia interiorizzata** indica insieme di sentimenti (rabbia, ansia, senso di colpa, ecc.) e atteggiamenti negativi verso caratteristiche omosessuali in se stessi e nelle altre persone. Il suo sviluppo è considerato, tuttavia, un processo normale nella vita di **gay e lesbiche**, in quanto è un'inevitabile conseguenza del fatto che tutti i bambini sono esposti alle norme eterosessiste. Quasi tutte le persone omosessuali, quindi, hanno sperimentato, nel corso della propria crescita, atteggiamenti ed emozioni negative verso la propria **omosessualità**. In alcuni casi, però, l'omofobia interiorizzata può causare un disagio tale da comportare lo sviluppo e il mantenimento di vere e proprie psicopatologie.

Dalle ricerche scientifiche sull'argomento, infatti, risulta che gay, lesbiche e bisessuali presentano una più alta prevalenza di **disturbi psichiatrici** rispetto agli eterosessuali, tra cui depressione, attacchi di panico, ansia generalizzata, tentativi di suicidio. Secondo alcuni studiosi lo stigma, il pregiudizio e la discriminazione creano un ambiente sociale così stressante da favorire lo sviluppo dei **problemi psicologici**. In modo più specifico, il processo di stress in gay, lesbiche e bisessuali dipenderebbe da diversi fattori collegati tra loro: gli eventi dove si è vittima del pregiudizio (discriminazione e violenze), l'aspettativa del rifiuto da parte degli altri, il nascondersi, le strategie di fronteggiamento ed il supporto sociale e, infine, l'omofobia interiorizzata. Questa ipotesi è stata definita con il termine **minority stress** e attualmente sembra essere la teoria più appropriata per spiegare l'alta prevalenza di disturbi psichiatrici in **gay e lesbiche**.

Nel brano che segue, Thomas Couser (1996) descrive cosa significa essere vittima di discriminazione e violenza verbale e spiega cosa ha provato quando ha visto la sua macchina ricoperta di scritte offensive riguardanti la propria **omosessualità**. Egli afferma: *“La possibilità che potessi essere osservato mi rendeva paranoico. È questo - riflettevo - ciò che significa essere omosessuale… essere costantemente infastidito da gente completamente estranea. Nel*

lasso di questi brevi momenti, cominciai a pensare che ci vuole una buona dose di coraggio per essere apertamente gay… come mi sentivo vulnerabile! Per alcuni giorni provai paura e shock, paura che l'incidente si potesse ripetere o che la violenza potesse aumentare. Mi sentivo violato e mi faceva rabbia la mia incapacità di reagire. Mi sentivo come fossi stato etichettato per sempre…gli stereotipi del genere e l'omofobia sminuiscono e rendono inumani tutti noi”
(T. Couser, 1996).