

1 INTRODUZIONE

Perché questo libro

Negli ultimi dieci anni si è acquisita una sempre maggiore consapevolezza della sessualità delle persone con handicap mentale. Nello stesso tempo, e forse come risultato di questa consapevolezza, un numero sempre maggiore di insegnanti, educatori ed altre figure professionali hanno cercato modalità concrete per fornire un'educazione sessuale ai giovani con difficoltà di sviluppo e di apprendimento.

Il mio coinvolgimento in questo campo ha avuto inizio come insegnante di scuola media negli anni '70. Ero preoccupata delle scarse conoscenze, dei sensi di colpa che i ragazzi a cui insegnavo mostravano di avere sui problemi sessuali e della loro mancanza di opportunità di discutere quegli aspetti che li incuriosivano, li coinvolgevano profondamente e a volte anche li allarmavano. Ho introdotto quindi qualche tema di educazione sessuale nei miei programmi di insegnamento. Sia io che i miei colleghi ci siamo trovati a lavorare quasi senza risorse e completamente isolati da altre persone che si impegnavano in questo difficile compito. Quando sono entrata a far parte della sezione educativa della *Family Planning Association*, come responsabile delle attività educative, il servizio socio-sanitario aveva recentemente stanziato dei fondi per una serie di corsi rivolti al personale che lavorava con persone con ritardo mentale. Mi sono presa la responsabilità di tali corsi, assieme a quelli per gli insegnanti: ho così incrementato il mio interesse per l'insegnamento dell'educazione sessuale nella scuola mentre lavoravo, sempre in questo campo, con gli handicappati mentali.

La "scoperta" nel 1984 di un testo australiano intitolato "Taught Not Caught — Strategies for Sex Education" (letteralmente: *Insegnamento mancato — strategie per l'educazione sessuale* — n.d.t.) e la sua edizione inglese, ha risposto ad un bisogno particolarmente sentito dagli insegnanti di trovare attività di classe che rendessero possibile l'esplorazione di argomenti più ampi che non quelli tradizionalmente associati all'educazione sessuale. Nel testo veniva riconosciuto che i ragazzi non hanno solo il bisogno di informazioni circa il loro corpo e i loro comportamenti sessuali, ma, ancora più importante, hanno bisogno di rassicurazioni, dell'opportunità di esplorare sentimenti, valori e atteggiamenti, di un aiuto nel processo di prendere decisioni e nell'esercizio delle abilità di comunicazione e di quelle necessarie per instaurare delle soddisfacenti relazioni interpersonali. Nell'insieme di questi diversi ambiti di crescita psicologica e psicosociale risulta cruciale lo sviluppo dell'autostima.

La pubblicazione di questo testo in Gran Bretagna ha messo in luce la mancanza di risorse per chi lavorava con giovani con difficoltà di apprendimento. Era necessario trovare una risorsa che trattasse questi stessi argomenti in modo ancora più semplice ed ancora più pratico. Questo bisogno rappresenta proprio l'obiettivo di questo libro.

Scopo del libro

Questo libro è un manuale operativo per educatori che presenta metodi, materiali ed altre risorse. È primariamente rivolto agli operatori professionali che curano i programmi di educazione sessuale per persone con ritardo mentale e difficoltà di apprendimento. Tali operatori possono comprendere insegnanti, psicologi, personale dei servizi socio-sanitari e volontari. Può anche essere utile ai genitori e ad altre figure che si relazionano agli adolescenti in modo informale.

È stato scritto anche per prendere coscienza dei bisogni delle persone con ritardo mentale da lieve a grave, a partire dall'età di undici anni. Sono presentate varie attività che sono più adatte a gruppi di adolescenti più giovani ed altre che invece risultano ricoprire una maggiore importanza per gli adulti. Gli educatori dovranno tenere ciò ben presente ed essere preparati ad adattare metodi e materiali per renderli più appropriati all'età.

Il solo gruppo che non è possibile coinvolgere nelle attività presentate in questo testo è quello degli handicappati gravissimi la cui disabilità fisica e le loro limitate capacità di comunicazione e comprensione rendono necessarie abilità e metodi di insegnamento altamente specializzati e possibilmente anche obiettivi diversi. Tuttavia, sono stata rassicurata da alcuni insegnanti che hanno provato il programma del testo ed hanno riferito che alcune attività sono state adattate ed hanno avuto successo anche con un tale gruppo di persone.

Questo libro può essere usato per predisporre un programma di educazione sessuale che si sviluppa sull'arco di più anni oppure può essere utilizzato per rispondere selettivamente ad un bisogno particolare di un individuo o di un gruppo. Gli educatori possono seguire l'ordine delle attività presentato nel libro o adottarne un altro se ciò risulta più appropriato. I suggerimenti, indicati alla fine di ogni attività, rimandano ad altre attività, sempre descritte nel manuale, che possono essere utili per una ulteriore preparazione o per una verifica. Penso che gli educatori estenderanno e modificheranno i materiali mentre li usano; in ogni caso è importante che le attività risultino sempre gradevoli ed appropriate al livello dei ragazzi.

La filosofia che sottende l'intero libro vuole riconoscere e accettare la sessualità delle persone con handicap mentale ed il loro diritto ad esprimerla nello stesso modo degli altri. È importante capire anche che è l'ignoranza, e non la conoscenza ed altre abilità di gestione della propria sessualità, a portare allo sfruttamento sessuale da parte di malintenzionati. Con ciò non si vuole affermare che a tutte le persone con difficoltà di sviluppo si debba insegnare tutto ciò che questo manuale comprende. Alcuni troveranno utili solo uno o due capitoli del testo. Tuttavia, la mia esperienza negli ultimi sei anni suggerisce che alcuni giovani hanno bisogno della maggior parte delle attività che questo libro offre, se devono vivere la loro vita nella sua pienezza.

Come usare il manuale

Non è stato indicato alcun limite di tempo nelle attività perché i bisogni di ogni gruppo variano notevolmente. In alcuni casi, un gruppo si muoverà più velocemente ed eseguirà

un numero maggiore di attività in un incontro mentre altri gruppi possono passare tutto il tempo su una fotografia o soltanto su una parte dell'attività. La cosa più importante è che si mantenga alta l'attenzione dell'intero gruppo e che venga sempre appresa una nuova abilità o conoscenza prima di voltare definitivamente pagina.

Scelta del luogo

Il luogo in cui si conducono le varie attività è molto importante. È essenziale che sia un posto dove sia il gruppo che tu stesso possiate sentirvi del tutto a vostro agio. Dovrebbe essere un luogo abbastanza ampio, tale da consentire anche attività di movimento, seduti in cerchio o lavorando ad un grande tavolo. Dovrebbe poi esserci un tappeto sul pavimento e le sedie dovrebbero essere comode. È importante che sia un luogo tranquillo e riservato e dovrebbe anche esserci lo spazio per tenere i materiali necessari e per organizzare delle esibizioni.

I materiali

Alcune attività necessitano di poco o nessun materiale mentre per altre è necessaria una maggiore preparazione. Se i materiali qui sotto elencati sono sempre disponibili sarà più facile preparare le attività:

- un grande tavolo e numerose sedie;
- alcune sedie disposte in cerchio;
- una lavagna luminosa o una lavagna tradizionale;
- cartelloni;
- fogli di carta (tipo macchina da scrivere);
- pennarelli;
- matite colorate o altri colori;
- forbici;
- colla;
- vecchie riviste e inserti a colori tratti dai vari quotidiani.

In numerose attività viene suggerito l'uso di un videoregistratore, se questo è disponibile. Ciò consente ai partecipanti di "vedersi" e commentare il loro stesso comportamento.

Handicap fisici

Molte attività possono essere eseguite con ogni persona, qualunque sia il suo handicap fisico, ed alcune altre necessitano solo di lievi modificazioni. Se nel gruppo c'è qualcuno costretto su una sedia a rotelle, probabilmente è meglio, dove possibile, star tutti seduti piuttosto che in piedi.

Gli animatori delle attività

La maggior parte delle attività può essere portata a termine con successo da una sola persona in un piccolo gruppo. Tuttavia, in quelle attività più movimentate, soprattutto se

si lavora con persone con handicap fisico, possono essere necessari più animatori. Può anche essere utile considerare l'importanza di affiancare un educatore maschile ad uno femminile che lavorino con gruppi misti o rendere possibile un lavoro con gruppi solo di maschi o di femmine.

Confidenzialità

Ti troverai probabilmente a discutere argomenti che sono normalmente personali e riservati. Ciò può risultare difficile: stai infatti chiedendo ai componenti del gruppo di parlare con te e tra loro stessi di cose che non è appropriato o comunque abituale e facile palesare o discutere in pubblico. Avrai perciò bisogno di chiarire con loro le ragioni per cui sono incoraggiati a condividere il più possibile i loro pensieri e le loro emozioni nel contesto del gruppo ed a mantenere invece una certa confidenzialità e segreto all'esterno di esso. Se è probabile che trovino in ciò difficoltà, allora può essere più utile lavorare su base individuale per quelle parti che si presentano più delicate.

Metodi suggeriti

Vari metodi vengono suggeriti nel libro. Molti di essi si basano su quelli usati nel lavoro di gruppo "esperienziale". La maggior parte ti sarà probabilmente familiare, ma alcuni ti possono essere sconosciuti. Ogni volta che viene nominato un determinato metodo, questo viene spiegato in dettaglio o viene data un'indicazione bibliografica per approfondirlo. Se non ti senti sicuro di un particolare metodo, o di una particolare attività, ti suggerisco di provarlo prima con un amico o un collega.

Altre risorse

Alla fine del libro è fornita una lista di risorse educative rivolte a portatori di handicap con relative annotazioni. Non è stata effettuata alcuna divisione tra i materiali ad uso specifico dell'educatore e quelli che possono essere invece utilizzati per i soli studenti. È in realtà una scelta individuale: nessun materiale è universalmente appropriato e dovrebbero essere gli educatori ad esaminare le risorse disponibili, sceglierle ed adattarle ai bisogni di quel particolare gruppo con cui si sta lavorando.

Fare una programmazione

Non è la sessualità, credo, un'area educativa da prendere in scarsa considerazione. Consultarsi con i ragazzi stessi, con i colleghi, i genitori ed altre figure che si prendono cura di loro aumenterà la probabilità di trovare supporto e di mantenere una certa coerenza tra chi si occupa della loro educazione.

Gli educatori vogliono anche normalmente sapere se i loro insegnamenti sono stati efficaci oppure no ed è importante comprendere sempre un momento di valutazione e verifica nel programma.

Mi presento

Obiettivi: esercitarsi nell'usare il respiro per facilitare un discorso, nel parlare chiaramente e nel presentarsi.

Materiale: ampio spazio e sedie disposte in cerchio.

Attività: far disporre il gruppo, seduto o in piedi, in semicerchio. Dare una dimostrazione ai partecipanti, alzandosi e rimanendo in piedi con un buon rilassamento, respirando profondamente e presentandosi al gruppo dicendo: "Ciao, io sono Anna" o "Ciao, mi chiamo Anna".

Fare poi un giro dell'intero gruppo: ognuno a turno deve presentarsi in modo chiaro. Si può anche far ripetere la presentazione al singolo se non è stata chiara o rifare nuovamente il giro con tutti i partecipanti.

Si può anche far applaudire il gruppo quando una persona riesce a presentarsi bene oppure il resto del gruppo potrebbe rispondere, ad esempio: "Ciao, Anna".

Vedi anche: Contatto oculare, Qual è il mio nome?, Presentazioni e Incontri e saluti (Cap. 2); Chi sono?, Spille (Cap. 4).

Gli atteggiamenti verso il proprio corpo

Obiettivi: esplorare gli atteggiamenti verso il proprio corpo ed individuare quelli positivi.

Materiale: ampio spazio, alcune sedie disposte a cerchio, un pezzo di corda lunga circa 3 metri e alcune schede opportunatamente predisposte (vedi oltre).

Attività: per ogni coppia di caratteristiche:

grasso - magro

alto - basso

forte - debole

in buone condizioni fisiche - in cattive condizioni fisiche

energico - passivo

rumoroso - tranquillo

scuro - chiaro

capelli lunghi - capelli corti

pesante - leggero

capelli ricci - capelli lisci

con i piedi grandi - con i piedi piccoli

con le lentiggini - senza lentiggini

preparare due schede: una che rappresenta, con un semplice disegno, la prima caratteristica e l'altra la seconda. Stendere la corda sul pavimento in tutta la sua lunghezza in modo tale che rappresenti un continuum e mettere la prima coppia di schede una ad un capo della corda e una all'altro. Spiegare ai partecipanti che si vuole esplorare con loro come si sentono nei confronti del loro corpo. Discutere insieme la prima coppia di caratteristiche. Chiedere a ciascuna persona di individuare, sul "continuum", dove si collocherebbe ed andare a mettersi proprio lì, seduta o in piedi. Quando tutti avranno preso posto (l'animatore compreso), incoraggiare i partecipanti ad osservare dove gli altri si sono collocati e chiedere il motivo della scelta a chi si pensa si sia messo nel posto sbagliato. Ripetere l'attività con le altre caratteristiche.

Far sedere il gruppo in cerchio e fare un giro chiedendo ad ognuno di completare le seguenti frasi:

- Ciò che mi piace meno del mio corpo è...
- Ciò che mi piace di più del mio corpo è...
- La mia migliore caratteristica è...

Variazioni: far sedere ognuno a turno al "posto d'onore" mentre gli altri dicono ciò che apprezzano del suo aspetto fisico.

Ad esempio:

- *"Mi piacciono veramente le tue mani morbide".*

- *“Mi piacciono i tuoi occhi blu”.*
- *“Quando ridi, le tue fossette mi piacciono proprio”.*

Se il gruppo è grande, si può anche chiedere ad ogni partecipante di dire ciò che apprezza nella persona seduta vicino.

I partecipanti possono trovare difficoltà sia nell'esprimere i complimenti che nell'accettarli e perciò sarà necessario condurre l'attività con una certa sensibilità. Chi esprime può aver bisogno di tempo per osservare e riflettere su ciò che ha intenzione di dire e chi ascolta può aver bisogno di aiuto nell'accettare le affermazioni senza che ciò lo rattristi. Per i giovani handicappati gravi, questa può essere la prima volta che qualcuno rivolge loro dei complimenti.

Vedi anche: Lavorare in gruppo (Cap. 2); Le differenze corporee (Cap. 3); Come appaio?, Che cosa apprezzo di me?, Che cosa riesco a fare? (Cap. 4); Farsi degli amici (Cap. 6).