

## Che shock: nostra figlia è gay

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

“Siamo sotto shock: nostra figlia di 17 anni, una ragazza bella, dolce e carina, brava a scuola e rispettosa, ci ha comunicato di essere gay. Ce lo ha detto serena: “Visto che abbiamo un buon rapporto, preferisco dirvelo io piuttosto che lo sappiate da altri”. Io e suo padre siamo rimasti allibiti: io mi sono messa a piangere, mio marito è rimasto pietrificato, senza parole. Poi ho detto una frase forse infelice, che l’ha ferita: “Speravo per te un futuro migliore, con un lavoro, una famiglia e dei bambini...”. Mia figlia si aspettava una reazione diversa e si è sentita respinta. Adesso in casa c’è il gelo. Noi non osiamo nemmeno più uscire per paura che gli altri lo sappiano già e ci facciano commenti cattivi... Che cosa ci consiglia?”.

Maristella G. (Vicenza)

Gentile signora, lo shock è la reazione emotiva forse più frequente, quando i genitori si sentono dire che il loro figlio, maschio o femmina che sia, è gay. Anche se lo sospettavano, anche se c’erano molti segnali, tendono a rimuoverli, a “negarli”, come si dice, più o meno inconsciamente, sperando che si tratti di una fase di transizione e che tutto tornerà alla “normalità”, ossia all’eterosessualità. Questo è possibile, quando l’identità sessuale non ha ancora raggiunto la piena maturità, quando l’adolescente sente desiderio per ragazzi e ragazze (fase “bisessuale”), quando sta vivendo una fase di “sperimentazione” affettiva e sessuale, oggi molto più frequente tra i giovani rispetto al passato. Tuttavia, la lucidità, la serenità e il coraggio di sua figlia nel parlarvi fanno pensare che abbia molto riflettuto e che senta che l’orientamento omosessuale è la “sua” vera misura. Consideri che l’orientamento sessuale non è una malattia e nemmeno un’ideologia: fa parte della verità della persona, come il colore degli occhi. In quanto tale, non è “modificabile” con una terapia psicologica, che non può modificare la direzione del desiderio. Non si tratta quindi di aspettare che lei cambi, o consigliarle una psicoterapia che la aiuti a farlo, ma di superare questo momento di comprensibile difficoltà per ritrovare con lei l’ottimo rapporto che avevate fino a poco tempo fa. Si può continuare ad amare profondamente un figlio, anche se non si condividono alcune sue scelte, anche fondamentali, come il lavoro o, appunto, l’orientamento sessuale.

Noi genitori che cosa possiamo fare?

Fatevi aiutare da uno/a psicoterapeuta che abbia esperienza in quest’ambito. Lo shock che avete avvertito, ma anche la risposta di chiusura al mondo che state vivendo, indice di paura e di un probabile stato depressivo, suggeriscono la necessità di un aiuto professionale, con obiettivi diversi. Innanzitutto, per superare il “lutto” per la perdita dell’immagine ideale che avevate di vostra figlia e del suo futuro, mantenendo la corretta percezione di tutte le sue qualità – che restano intatte – e recuperando il dialogo affettuoso che finora c’era stato tra voi. La psicoterapia, se ben fatta, dovrebbe anche aiutarvi ad acquisire quell’accettazione profonda e quella serenità interiore che vi consentiranno di tornare a muovervi nella vita sociale con

l'orgoglio e la soddisfazione di prima. Sarà il vostro atteggiamento positivo a condizionare gli altri. Di converso, se voi non l'accettate, tutta l'aggressività che molti ancora hanno nei confronti dell'omosessualità si riverserà contro di voi e contro di lei. Pian piano, dovrete riuscire a essere di nuovo pienamente al suo fianco: considerate che anche oggi, comunque, l'accettazione sociale dell'omosessualità non è facile né diffusa, soprattutto in ambienti più rigidi e conservatori, e che spesso l'adolescente gay è vittima di attacchi e aggressioni a scuola e fuori. Per questo è importante che voi usciate da questo stato di chiusura, per riaprirvi a un orizzonte in parte diverso, ma che non cambia la verità profonda dei sentimenti, vostri e di vostra figlia. Auguri di cuore!

Prevenire e curare – Come superare la crisi di accettazione del figlio/a gay

E' saggio e prezioso:

- ascoltare i propri sentimenti, le paure soprattutto, ma anche i pregiudizi;
- analizzarli con lucidità, magari con uno/a psicoterapeuta;
- mettersi nei panni del figlio o della figlia gay;
- immaginare come ci si sentirebbe, se rifiutati, o come si sarebbe sereni e "rinforzati" se accettati, compresi e amati;
- rivolgersi a un'associazione di genitori di adolescenti gay: il confronto con altri adulti nella stessa situazione può aiutare più di tutto a identificarsi con chi ha già vissuto e superato lo shock iniziale; a sentire riconosciute le proprie emozioni, anche negative; e a trovare esempi, suggerimenti, conforto e aiuto per ritrovare una costruttiva serenità in una famiglia di nuovo unita, insieme.