

## *UNDERSTANDING SAME SEX ATTRACTIONS AS A SIGNAL*

### COMPRENDERE LE ATTRAZIONI PER LO STESSO SESSO COME UN SEGNALE

Joseph Nicolosi, Ph.D.

Diversi racconti giornalistici hanno recentemente promosso il messaggio secondo cui nessuno può modificare le proprie attrazioni per lo stesso sesso. A titolo di prova, i giornalisti hanno citato le parole di ministri del culto ex-omosessuali che, se da una parte si considerano profondamente cambiati, ammettono ai media che ogni tanto devono lottare, ancora oggi, con tali attrazioni indesiderate.

Coloro che si oppongono al nostro messaggio, in particolare molti giornalisti, si sono buttati sul racconto di queste persone, che era molto sottile e che richiedeva delle considerazioni attente, riducendolo invece ad un messaggio più attraente (per loro), e molto semplice ma svuotato della vera essenza della questione.

Come dice il proverbio "per ogni questione complessa vi è una risposta semplice, ed in genere è quella sbagliata". "Vedete?" sembrava dire la storia raccontata dai media. "Non è possibile cambiare".

Ecco invece il messaggio sottile.

Il primo movimento cristiano degli ex-omosessuali presentava il superamento dell'omosessualità in termini assoluti, dando un'immagine limpida e cristallina del cambiamento: con la preghiera, la fede, e il sostegno, una persona avrebbe potuto completamente superare le proprie attrazioni indesiderate per lo stesso sesso. Una volta pentita, la persona, se accompagnata dalla fede, avrebbe raggiunto una eterosessualità piena.

Il risultato di tale visione molto ottimistica è stato la reazione furiosa di un'altra nuova celebrità, ovvero l'uomo che una volta pensava di essere un ex-omosessuale, ma ora dice di essere nuovamente gay e afferma che, tornando indietro, non avrebbe mai cercato di cambiare. Questi ex-ex gay hanno raccontato la loro storia ai media, un racconto che contiene un'idea invitante per molti: l'assoluta liberazione sessuale.

E' stata la preoccupazione rispetto a tale reazione arrabbiata a fare sì che alcuni religiosi che aiutano chi vuole uscire dall'omosessualità siano diventati molto cauti nel dare il loro messaggio di speranza. Ma sembra che ora stiano dicendo alla persona in lotta che deve prepararsi a delle prove continue. E questo non è un messaggio invitante per un giovane confuso che stia decidendo se affrontare il processo del cambiamento o se semplicemente rinunciare ed "essere gay". Tale messaggio tetro dà inoltre adito alla rivendicazione dei gay per la quale l'omosessualità è immutabile ed intrinseca alla persona omosessuale e secondo cui, anche nel caso in cui fosse possibile controllare il proprio comportamento, essere gay corrisponde alla "vera natura" di alcune persone.

Forse dovremmo concentrarci sul quadro più ampio che sta dietro tali opposte rivendicazioni.

### **Una soluzione psicologica diversa da un aut aut**

Una soluzione a questa questione complessa in cerca di una risposta semplice si può trovare nella comprensione psicologica dell'omosessualità. In linea con una tradizione psicodinamica molto lunga e mai sconfessata, i terapeuti che praticano la terapia riparativa dell'omosessualità vedono l'attrazione per lo stesso sesso come una difesa simbolica dal trauma della perdita dell'attaccamento.

Non essendosi identificato pienamente con il proprio genere, l'uomo attratto dal proprio sesso romanticizza quello che gli manca, innamorandosi con qualcosa "là fuori" che un normale processo di sviluppo avrebbe fatto sì che fosse interiorizzato, e non erotizzato. Come spiega bene lo psicologo e attivista gay Daryl Bem, l'uomo con attrazioni per lo stesso sesso erotizza quello che era per lui "esotico" durante l'infanzia. Bem, tuttavia, ritiene che sia perfettamente normale che il proprio genere sia percepito come misterioso ed "esotico". Gli uomini che scelgono la terapia riparativa dissentono. Si propongono di demistificare il maschile e la mascolinità, in modo che questa non sia più "esotica" e desiderano avere relazioni con gli uomini che siano caratterizzate dalla reciprocità e dall'autenticità. Credono che il loro disegno biologico dica chiaramente che l'umanità è stata creata per l'eterosessualità.

Tuttavia queste persone nutrono ancora dei forti bisogni emotivi insoddisfatti di affetto, comprensione e affermazione. Utilizzando le loro nuove capacità di adattamento per riconoscere le proprie attrazioni per lo stesso sesso come "segnali", sanno che quando si ripresentano gli impulsi omosessuali, questi possono essere visti come degli indicatori che "qualcosa, nella mia vita non è in equilibrio".

Il paziente ora sa che le sue attrazioni omosessuali indesiderate non hanno come oggetto "quell'altro uomo", ma se stesso. Comprende come la sua omosessualità non riguardi il sesso bensì i suoi sentimenti riguardo se stesso mentre si rapporta con gli altri. Il ripresentarsi delle tentazioni segnala il fatto che la persona ha compromesso i suoi bisogni sani – in genere, per via di una mancanza di un impegno relazionale autentico. Con impegno relazionale autentico intendiamo relazionarsi con gli altri uomini in modo assertivo, liberarsi dalla vergogna, mantenere relazioni profondamente affermative che derivano da strette amicizie maschili, e non permettere di essere "svuotati" o privati del proprio potere nella relazione con le donne.

Un uomo, alla fine della terapia, disse: "Grazie, omosessualità. Mi hai obbligato a guardare in faccia questioni più profonde che cercavo di ignorare." Allo stesso modo, lo psicoterapeuta ed ex-omosessuale Richard Cohen, alla domanda di un presentatore televisivo che voleva sapere se avesse ancora delle attrazioni omosessuali, rispose: "Sì, quando non mi prendo cura di me".

Ecco quello che un ex cliente dice di avere imparato dalla terapia.

*La terapia mi ha aiutato a relazionarmi con gli uomini come fratelli di cui fidarmi. Per la maggior parte della mia vita adulta, sentivo paura per gli uomini e mi sentivo alienato in loro compagnia, specialmente con quelli della mia età. Non avevo mai avuto la sensazione di essere parte dei loro gruppi e nutrivo la paura costante di essere rifiutato da parte loro.*

*Negli ultimi anni invece è stato tutto molto diverso: mi sento in sintonia con la maggior parte degli uomini e mi sento a mio agio quando sono con loro. Quando invece divento inibito e impaurito in loro presenza, mi sfido a superare le mie paure, così da essere in grado di relazionarmi sia con il mio uomo interiore che con gli uomini attorno a me.*

*Sto diventando più assertivo in situazioni dove in precedenza ero controllato dalla vergogna, e col tempo, ho maturato un'autenticità che non avevo mai avuto nelle relazioni con gli altri, specialmente con gli uomini. Ora sono molto più in grado di leggere le emozioni che sento nel corpo, e ho una padronanza maggiore delle mie esperienze emotive.*

*Se c'è una cosa che mi fa arrabbiare è questa: ovvero quando gli apologeti dei gay affermano che rifiutare un'identità gay significhi negare il proprio vero io. La mia esperienza personale mi dice il contrario! La terapia mi ha aiutato ad accettarmi di più, a sentirmi più in pace con gli uomini e più accettato da loro, molto di più di come non fosse mai stato possibile prima, fin dall'inizio della pubertà.*

*Quando mi sento maschio dentro, non sento alcun bisogno emotivo di attingere alla mascolinità degli altri uomini. E questo perché mi sento un tutt'uno con loro. Se, tuttavia, non affronto la mia vergogna, allora la mia mascolinità viene coperta e il mio cuore gravita verso simboli di mascolinità al di fuori di me. E così mi sento disconnesso da me stesso, da gli altri- in particolare gli uomini – e da Dio.*

*Mi sono lasciato alle spalle gran parte dei sospetti che avevo nei confronti delle donne e che mi ero trascinato per tutta la mia vita adulta e ho superato il disagio che mi creavano. Vedo la bellezza del sesso opposto come mai prima. Tutti questi cambiamenti sono*

*accaduti per caso, non hanno avuto nulla a che vedere con la terapia ? Non penso. La mia terapia è stata "pericolosa", come alcuni critici dicono per posizione ideologica? Beh, se migliorare la propria accettazione di sé , e sentirsi finalmente parte del mondo degli uomini è "pericoloso", allora ben venga !!*

*I frutti della mia terapia dipendono e dipenderanno in gran parte da quanto io stesso continuerò a sfidare me stesso a continuare a mettere in pratica ciò che ho imparato.*

### **Il ritorno a casa**

La tradizione giudaico-cristiana dell'umanità e la psicologia psicomantica tradizionale condividono la medesima concezione secondo la quale la natura umana deve funzionare "secondo il proprio disegno". Entrambe vedono l'umanità come parte di un disegno universale eterosessuale, dove alcuni hanno attrazioni per lo stesso sesso, ma queste non sono intrinseche alla loro natura.

La concezione delle attrazioni per lo stesso sesso come "segnale" riconosce la natura continuativa del processo del cambiamento, e contraddice la rivendicazione dell'esistenza di una identità gay intrinseca alla persona. Dunque, vediamo l'occasionale riemergere di impulsi omosessuali non come la prova di un'antropologia gay, bensì come un invito a tornare al proprio io autentico. Considerando la questione secondo la prospettiva del "segnale", vediamo come la visione del mondo gay – sia a livello personale che politico – non sia confermata, bensì svuotata di autorità.