

# **LO DICO O NO AI MIEI?**

CHECK-LIST PER DECIDERE

**PER TUTTI I FIGLI**  
CHE DEVONO DECIDERE  
QUANDO E COME DIRLO AI GENITORI

**PER TUTTI I GENITORI**  
CHE SI TROVANO DAVANTI  
AD UNO SPIAZZAMENTO  
PER UNA "NOVITÀ" IMPREVISTA  
PORTATA DA UN FIGLIO





## DIRLO O NON DIRLO

### Attenzione:

Sebbene qui vengano affrontate le reazioni al coming out dei figli circa il proprio l'orientamento sessuale o la propria identità di genere, quanto proposto **vale per tutti i genitori che si trovano davanti ad uno spiazzamento per una "novità" imprevista ritenuta negativa**, per ogni "no" ricevuto, per ogni **sogno infranto** originati dalla libertà dei figli.

Questi spunti sono destinati:

Ai **figli** che devono decidere **quando e come dire una cosa ai genitori** che si sa, o si immagina, non essere prevista e/o potrebbe provocare reazioni negative o molto negative.

**Ai genitori per conoscere il cammino** che molti altri genitori hanno fatto dopo aver ricevuto la notizia dal proprio figlio e che va dall'essere vittime dei pregiudizi e delle emozioni a soggetto attivo e pienamente accogliente.

### Il percorso dei genitori che proponiamo

è una sintesi delle riflessioni, dei confronti, delle letture e degli studi fatti a seguito del coming out dei figli, ma anche da quanto emerso negli incontri di Auto Mutuo Aiuto con genitori e ragazzi che Agedo gestisce da anni in tutta Italia.

Se è vero che **il più delle volte dirlo ai genitori è una buona cosa**, nel caso della omosessualità o transessualità abbiamo appreso che a volte dirlo, ancora oggi, può dare origine a reazioni molto negative da parte dei genitori.

Per un figlio, che non ha ancora le risorse psicologiche ed economiche per affrontare in autonomia la propria vita, può non essere indicato dichiararsi se le condizioni ed il clima che si respira in famiglia non sono favorevoli o sono oppositivi e zeppi di pregiudizi.

Abbiamo ancora oggi casi di minori che si suicidano dopo il coming out a causa delle reazioni negative dei genitori o di ragazzi che vengono indotti ad abbandonare la famiglia o, ancora peggio, che vengono cacciati di casa o dalla comunità di appartenenza.

Abbiamo anche riscontrato che, in alcuni casi, è la debolezza psicologica di uno dei genitori ad indurre i figli a non dirlo o a rinviarlo.

Il più delle volte, i problemi che si presentano sono dovuti, oltre che ai pregiudizi, anche ad una cattiva relazione o vera e propria patologia relazionale già esistente in famiglia.

**La nostra esperienza ci dice che dirlo è quasi sempre meglio che non dirlo: passato lo smarrimento per la novità, la relazione diviene più vera e profonda e si arricchisce di tonalità più vitali.**

**Per non appesantire la lettura in questo testo si usa il maschile invece che le forme con le vocali finali "o/a" (figlio/a), o le forme tronche (figli./figli\*).**

## PERCHÉ DOVREBBERO INTERESSARVI QUESTI TEMI?

La maggioranza eterosessuale fa fatica ad accettare che la minoranza omosessuale **viva sentimenti di amore e di affetto** come tutte le altre persone.

Per questo quando un genitore scopre l'omosessualità del proprio figlio può venire investito da **una tempesta di emozioni e pensieri** che stravolgono significati e convinzioni: alcuni vanno in panico totale, altri arrivano a una piena comprensione dopo percorsi spesso complicati, altri ancora realizzano in fretta che l'omosessualità è una possibilità e non un dramma.

In tutti i casi inizia così un percorso complesso che, se basato sull'amore e la comprensione, può condurre a un'**intesa più solida** tra genitore e figlio.

### Per prevederne la possibilità.

I genitori impreparati fanno più fatica a riprendersi perché:

1. L'omosessualità e la transessualità **non sono previste**;
2. Ci si sente **disorientati** anche per **manca di conoscenze**.

Qui parliamo dello **spiazzamento** rispetto alla omosessualità o transessualità del proprio figlio o figlia, ma **vale per ogni spiazzamento** alle "notizie" **inaspettate** e ritenute **negative**.

Spiazzamento ad ogni "no" che riceviamo, ad ogni **sogno infranto**.

#### Quindi:

**Alla nascita di un figlio** occorre mettere in conto che:

- potrebbe essere etero o omosessuale,
- potrebbe avere una identità di genere non marcata o difforme dal sesso biologico.

### Per prevenire il bullismo e la discriminazione.

Il **bullismo** da piccoli ed il **mobbing** o lo **stalking** da adulti sono fenomeni che non riguardano solo l'omofobia o la transfobia.

Sostenere i nostri figli a non essere né **vittima**, né **carnefice**, né **spettatore consenziente o indifferente**, facendo leva sul **rispetto e la dignità** che sono proprie di tutte le persone, è essenziale per i nostri figli e per la società nel suo complesso.

### Per confrontarsi con chi c'è passato.

Esporsi al percorso di amore dei genitori di ragazzi omosessuali o trans aiuta ad agire l'empatia nei confronti dei figli, a comprendere come accompagnarli perché siano più resistenti agli attacchi, meno propensi ad attaccare, più fiduciosi sulle proprie risorse, a vivere la propria vita nel pieno rispetto di sé e degli altri.

## PRIMA IL COMING OUT DEI FIGLI, POI QUELLO DEI GENITORI.

### Il percorso del figlio:

Perché si possa dichiarare il proprio orientamento o la propria identità di genere non conforme alle aspettative dei genitori e degli amici occorre che il ragazzo abbia **consapevolezza** dei propri sentimenti e desideri.

A volte si parla di omofobia interiorizzata e questo descrive come anche la persona discriminata possa colludere con la discriminazione subita. Ciò porta alla negazione dei propri desideri e al nascondere a sé stessi i propri bisogni e desideri fino a non provare le sensazioni connesse.

Ma questo non basta: occorre anche la **piena accoglienza** dei propri sentimenti e desideri. Ci si deve sentire "a posto con sé stessi".

Accogliersi è un esercizio difficile per tutti, spesso ci si accontenta della tolleranza o della accettazione di parti di sé vissuti come limiti o carenze quando carenze non sono.

Il contesto e la pressione sociale ad uniformarsi alla maggioranza inducono a considerarsi sbagliati, mostruosi, limitati e quindi a non volersi così come ci si sente.

Infine, il figlio deve sentirsi in grado di **sostenere le reazioni degli altri**.

Abbiamo riscontrato che un buon coming out avviene quando il figlio sa di poter reggere le conseguenze delle proprie dichiarazioni e se ciò non viene preso in considerazione le eventuali cattive sorprese possono sopraffare il ragazzo. Qualcuno di loro ne tiene conto, altri lo fanno in modo spontaneo, altri ancora purtroppo non ne tengono conto.

Occorre insomma che il figlio **abbia fiducia** in sé stesso e **si senta sicuro**

- delle proprie emozioni
- dei propri genitori o amici.

Per qualcuno tutto ciò è da sempre evidente, per altri questa evidenza giunge col tempo, solo allora avviene il coming out.



## Che cosa ostacola il percorso del figlio?

Dai racconti raccolti dai ragazzi abbiamo appreso che la **paura di non essere accettati dai propri genitori** o amici rallenta o blocca la sincera confidenza dei propri sentimenti.

Purtroppo, ancora oggi capitano casi di suicidio o di cacciata di casa dopo il coming out.

Si aggiunge anche la paura di **perdere gli amici e i riferimenti affettivi** e questo, sfortunatamente, accade ancora oggi.

Ma c'è anche la **paura di essere discriminato, oltraggiato – o peggio** - dalla gente, dai conoscenti, da gruppi violenti che sfogano la loro rabbia contro gay, stranieri ed ogni portatore di una minoranza discriminata.

Abbiamo, con nostra sorpresa, raccolto molte confidenze di ragazzi che hanno rinviato a lungo il loro coming out per non **deludere le aspettative dei genitori** o che hanno atteso il momento in cui hanno ritenuto che il loro genitore fosse abbastanza forte da accogliere la confidenza.

I modi del coming out sono diversi: a volte spontaneo, altre preparato, altre ancora indotto dai genitori.

L'esito della comunicazione dipende poco dal modo e solo in pochissimi casi la modalità è stata motivo di incomprensione duratura, poiché molto dipende dal clima emotivo generale che si respira in famiglia ancor prima del coming out.

**Il coming out è per un figlio la libertà, la sincerità, la ricerca di una vera relazione con i genitori, la richiesta di amore a prescindere da come si è, spesso è liberarsi di un peso opprimente.**

L'omosessualità **non è una scelta** e questo non è sempre chiaro a un genitore. Non possiamo scegliere il nostro orientamento.

L'unica scelta che può compiere un giovane omosessuale è in negativo: può cioè scegliere di non vivere la propria sessualità, con tutte le negative conseguenze emotive e psicologiche che ne conseguono.



## Il percorso del genitore

Ribadiamo che di seguito descriviamo i passi che si compiono davanti ad una sorpresa vissuta come negativa e vale per ogni tipo di "sorpresa non attesa e/o non voluta". **Per questo può essere d'aiuto ad ogni genitore.**

Dopo il coming out del figlio anche i genitori hanno bisogno di **tempo**, di **fatica**, di approfondimento e di **confronto** prima di ritrovare l'equilibrio e la serenità nei rapporti famigliari.

Ogni genitore e ogni coppia genitoriale reagisce in modo differente ed ha bisogno di tempi molto diversi per accogliere la notizia.

Il genitore deve fare un suo percorso che può richiedere **il tempo di un battito di ciglia o anni.**

**Questo percorso non è lineare**, ogni genitore ha la sua storia, le sue risorse, la sua capacità di elaborazione, i suoi tempi.

E tutto ciò va rispettato e **tenuto in conto anche dal figlio.**

È un vero e proprio **viaggio**, che per alcuni genitori può essere **semplice**, per altri, invece, può apparire **difficile**, pieno di **ostacoli** e per altri ancora **non avere mai fine**. Questo percorso può essere condiviso in modo più o meno intenso dai figli, ma le reciproche reazioni definiranno i tempi della riconquistata e più accentuata buona relazione genitori-figli.

Di seguito daremo una **rappresentazione logica di questo percorso** ma non è così per tutti i genitori.

Abbiamo visto che tra le fasi riscontrate c'è una certa sequenza temporale che non sempre viene però vissuta e raccontata così dai genitori.

Quella che segue è una rappresentazione lineare che contempla tutte le reazioni raccolte di molti genitori, ma non va intesa che ogni genitore debba passare attraverso tutte queste fasi e nell'ordine che le descriviamo.

**La diamo come lista delle reazioni e dei successi o dei blocchi che caratterizzano il percorso del genitore, e servirà ai figli per valutare quando e come dirlo ai genitori.**

### Prime reazioni emotive naturali ma negative.

Si tratta di **reazioni tipiche** ad ogni "no" che la vita ci riserva, ad ogni "affronto", ad ogni evento vissuto come aggressivo, pericoloso o spiazzante.

Benché siano negative sono naturali e quindi **l'invito è a non colpevolizzarsi o vergognarsi per questo.**

Vanno però riconosciute perché solo così verranno superate.

Spesso le emozioni sono delle sentinelle che ci avvertono che qualcosa va cambiato, riconoscerle è essenziale per avviare il percorso positivo di crescita e soluzione dei problemi che stiamo affrontando.



#### RIFIUTO:

"è un fatto passeggero"; "ma se aveva il fidanzato!"; "è figlio mio: non può essere!"; "tutto avrei tollerato, ma non questo!"; "non voglio parlarne"; "non posso più abbracciarlo"

#### PAURA:

per la sicurezza del figlio; per le malattie che possono colpirlo; per il futuro triste, difficile pieno di insuccessi; per la solitudine a cui è destinato; per gli oltraggi che riceverà.

#### DOLORE:

"dovrà nascondersi"; "non avrà una famiglia"; "non avrà una vera famiglia"; "non avrà figli"; "non avremo nipoti".

#### RABBIA:

"ha tradito le mie aspettative!"; "come può aver fatto questa scelta?"; "mi ha mentito fino ad oggi"; "mi scarica un peso che non posso tollerare".

#### VERGOGNA:

"gli altri penseranno che siamo una famiglia malata"; "cosa diranno i nonni?"; "che genitore sono stato?"

#### COLPA:

"ho sbagliato nel fare nascere un figlio lgbt"; "ho sbagliato nella educazione che ho dato ai figli"; "non dovevo lasciarlo libero di ... (avere comportamenti non conformi alle aspettative di genere)"

#### DISAGIO:

"che mondo è quello degli omosessuali?"; "come mi ci troverò?"; reazioni di rifiuto o disagio al pensiero della sessualità omosessuale, soprattutto maschile.

#### ATTACCO:

"non dirlo più!"; "non dirlo a nessuno!"; "va via di casa!"; "sei malato: vai dallo psicologo!"

## Ricerca per comprendere

A volte mischiato con le reazioni di cui sopra, altre volte appena presa coscienza di queste emozioni negative, si intraprende un percorso di "conoscenza" perché ci si rende conto di non saperne granché.

Questo percorso avvia l'**esame di realtà**, e così si fa

- **l'elenco degli errori e dei successi,**
- **l'elenco dei rischi e delle opportunità.**

Per questo spesso si avvia una ricerca, in internet o sui libri e le riviste, per comprendere la realtà legata al mondo LGBT, alle "cause", a come si "diventa" omosessuali o trans, ecc.



## Seconda ondata di emozioni

L'esame di realtà, il più delle volte, porta ad una forma di depressione più o meno accentuata perché ci toglie le "sicurezze" che avevamo, mostrandoci gli aspetti della nostra inadeguatezza, ignoranza, del nostro pregiudizio.

### SFIDUCIA:

in sé e nei figli, ma anche nel partner;

### COLPA:

per non averlo capito prima, per non aver facilitato le loro confidenze;

### IPERPROTEZIONE:

perché in questa fase si vedono solo i pericoli e difficoltà e non si ha ancora la giusta fiducia sulle risorse che i figli hanno;

### ISOLAMENTO:

non lo si dice a nessuno per il permanere di quei sentimenti negativi che abbiamo citato prima;

### SQUALIFICA, MINIMIZZAZIONE DEI PROBLEMI:

"che problema c'è?"; "mio marito dice che è gay, ma si sbaglia"; "sarà sempre in difetto per questo"; "le compagnie che sceglierà saranno sempre problematiche".

## Ricerca di risposte

Questa seconda fase di ricerca non è più solo intellettuale, cognitiva ma emotiva e con questa fase ci si incammina in un percorso di messa in discussione di sé, perché **si comincia a percepire che forse il problema è nel genitore e non nei figli.**

Si sente che l'amore che ci lega a loro è intralciato da tutti quei sentimenti negativi così naturali e disturbanti.

Così si avvia un ripensamento del proprio essere genitore perché in questo **nuovo capitolo dell'essere genitore** si ha bisogno di aiuto, e si può pensare di chiederlo.

Per molti genitori Agedo è la compagnia per risalire verso un rapporto più autentico con i propri figli. Potersi specchiare nella normalità degli altri genitori, nelle loro paure, nei loro insuccessi ci fa sentire "a casa", in un percorso che si può fare perché altri come noi lo stanno facendo.

E si scopre così che ci sono questioni che riguardano il nostro essere genitori su cui riflettere e che i problemi che abbiamo sono:

- **la nostra omofobia, i nostri pregiudizi** qualsiasi cosa possa significare per noi;
- **il nostro modo di reagire all'imprevisto;**
- **la fatica di riconoscere che il film** che avevamo previsto per noi e i nostri figli non è più lo stesso;
- **la necessità di non imbrigliare i nostri figli nei nostri sogni.**

Mano a mano che questa nuova ricerca di risposte procede si acquista fiducia in se stessi e così possiamo riconoscere che **abbiamo queste risorse per risolvere i problemi:**

- **la nostra onesta messa in discussione,**
- **la fiducia nella riuscita,**
- **la volontà di riuscire,**
- **il desiderio di riuscire nei nostri sogni.**



## Arrivano così le prime risposte

### 1ª risposta provvisoria:

#### MEDIAZIONE:

- **perdonare** i propri errori, sperimentando che la perfezione è nemica del bene.
- trovare un **compromesso** per risolvere gli eventuali "pasticci" fatti.
- volere una soluzione per **mantenere il rapporto**.

### 2ª risposta provvisoria:

#### ACCETTAZIONE:

ci siamo resi conto che l'accettazione è solo un primo importante passo perché mantiene ancora la distanza tra genitore e figlio:

- aprire la porta al **diverso**, alle novità che i nostri figli ci portano e che non sempre sono attese o volute o condivise, anzi.
- "stiamo assieme **anche se tu sei ...**"; "anche se tu hai ...";

In questa forma di accettazione c'è ancora un giudizio negativo perché il diverso spesso è visto come minaccioso e/o inferiore, infatti si rimarca la differenza e lo sforzo che si compie per **accettare qualcosa che comunque non va bene per qualche aspetto**.

### 2ª risposta:

#### ACCOGLIENZA:

Questa condizione risponde al **primo traguardo importante** di questo percorso perché a questo punto il genitore:

- **riconosce e rispetta** il valore del figlio e della sua identità;
- **si sente uguale nella dignità** e nel **rispetto** di come i figli sono e si mostrano;
- sente la **ricchezza** delle diversità, e non la **minorazione** dell'essere diversi;
- recupera, riscatta **l'amicizia con le sue parti deboli** e con quelle degli altri.

Con la piena accoglienza del valore e della identità del figlio il più delle volte il percorso finisce perché si raggiunge un livello di scambievole comprensione, ci si può abbracciare con convinzione.

**A livello individuale si raggiunge una nuova e più profonda confidenza coi figli** fatta di riconoscenza e gratitudine reciproca, ma anche di complicità confidente **per gli errori che si sono finalmente perdonati**.

Eppure, sappiamo di far parte di una società e che con essa vanno fatti i conti. Sappiamo che fare questi conti ci fa crescere ancor di più come individui e come cittadini in una società meno paurosa e più accogliente e inclusiva ossia più civile.

**Ecco allora tre passi** essenziali che nelle storie di ognuno "fanno la differenza", ci segnalano che la crescita sta avvenendo ed i successi vengono raccolti.

## Primo passo



### LO DICO

senza sentirmi in colpa, squalificato, mancante, ...

Dirlo ai parenti, agli amici, ai colleghi non è un obbligo ma può essere un segno di libertà, di serenità raggiunta da parte dei genitori. Ci si espone al "giudizio" sapendo che le reazioni degli altri si sapranno superare se negative e ci riempiranno di gioia se positive.



Aiuta anche a "verificare" la relazione che si è vissuta fino ad ora con la persona con cui ci si confida.

## Secondo passo



### MI OPPONGO

quando vedo, ascolto, mi trovo in situazioni di discriminazioni negative.

Ricordate quando sopra si diceva del mobbing o del bullismo? Qui siamo chiamati in causa a non essere spettatori indifferenti o, peggio, consenzienti. Manifestare la propria opinione o condizione e, quindi, la propria opposizione a chi discrimina in modo diretto o indiretto è segno della sicurezza in noi stessi e del desiderio di contribuire al processo di civiltà a cui siamo stati chiamati. Non è solo un obbligo morale: è una necessità personale e un segno del nostro amore ma anche un esempio per i nostri figli.



Non si sta perorando la causa della lotta senza quartiere sempre e comunque: possono esserci situazioni in cui le nostre forze sono tali da dover rinunciare, o la capacità di comprensione dell'altro è così bassa da rendere inefficace ogni nostro sforzo. Anche di questo bisogna tener conto.

## Terzo passo



### FACCIO AZIONI POSITIVE

nel sociale per ridurre le discriminazioni: aiuto gli altri che sono nei gradini precedenti, collaboro per le iniziative, ...

Impegnarsi per la tutela dei diritti non è solo un fatto di civiltà e non è per questo che si riporta qui questo ultimo passo che ci conduce, appunto, da "succubi dei pregiudizi a soggetti nella società".



Quello che abbiamo riscontrato è che l'impegno sociale aumenta la nostra accoglienza nei confronti dei nostri figli, rinforza la nostra sicurezza sulla bontà del nostro percorso, e, spesso, accresce la gratitudine dei figli per **avere genitori che sono dalla loro parte in modo aperto e pubblico.**

Alla fine del nostro viaggio abbiamo finalmente visto i nostri figli per quello che sono e non per quello che volevamo ostinatamente fossero.

E, sebbene loro abbiano continuato ad essere quello che già erano, per noi è stato come ricominciare un nuovo, diverso rapporto con loro: più vero e più intimo. È stato come una rinascita nostra come nuovi genitori.

**Così potremo dire con convinzione profonda:**

**"Etero o gay, che cosa cambia?  
Sei sempre tu! E vai bene così!"**

**"Etero o gay: sono tutti figli miei"**

**"I nostri figli parte del mondo, non un mondo a parte"**





**La check-list** che proponiamo va usata come strumento di verifica dello stato dell'arte della vostra relazione figli-genitori e, quindi, per prendere le vostre decisioni.

**I figli possono usarla** per ipotizzare le reazioni dei genitori e per seguirne il percorso ma anche per verificare se sussistono le condizioni personali e del nucleo familiare per decidere quando e come dirlo.

**Per i genitori serve** per verificare a che punto si è nel cammino che va dall'essere vittime di pregiudizi e delle emozioni a soggetto attivo e genitore pienamente accogliente.

### Usatela!

Suggeriamo ad ogni genitore di mettersi davanti all'elenco e di interrogarsi per ognuna riga della lista:

- sulla esistenza o meno nel proprio caso di quella reazione;
- sul grado, la intensità, la permanenza nel tempo di questi sentimenti o reazioni;
- sul nascondimento a sé e/o agli altri di questi sentimenti o reazioni;
- ma anche sui progressi fatti.

Invitiamo il genitore a farlo a fronte di qualsiasi altra "sorpresa negativa" che arriva da un figlio. Cambiando ciò che c'è da cambiare.

### Ancora meglio sarebbe poterlo fare insieme.

Questa lista è da riprendere più volte (qui proponiamo alcune colonne su cui scrivere anche le date) per vedere progressi e blocchi.

Nelle colonne libere potete usare le categorie che più vi sono familiari per definire quale intensità provate per quella condizione:

"da 1 a 10";

"niente, poco, giusto, molto, troppo";

"annotare solo le parti rilevanti per voi in quel momento"

"Annotare solo le parti negative per voi in quel momento"

"si / no".

Potrà capitare che, riprendendola in mano più volte, sentiate il bisogno di usare categorie differenti: assecondatevi.

### Perché cambiare giudizio su di sé è legittimo.

REAZIONE	DATE			
Rifiuto della notizia				
Rifiuto di parlarne dopo averlo saputo				
Rifiuto dell'orientamento o della identità del figlio				
Rifiuto del corpo del figlio: non più abbracci, carezze, ecc.				
Paura di come verrà trattato il figlio				
Paura per la sua salute				
Paura per la sua solitudine				
Paura per le difficoltà aggiuntive che dovrà affrontare				
Dolore perché si deve nascondere				
Dolore perché non avrà una famiglia				
Dolore perché non avrà figli				
Dolore perché non si avranno nipoti				
Rabbia senza sapere di cosa				
Rabbia perché mi ha scombinato				
Rabbia perché doveva tenerselo per sé				
Rabbia per il peso che mi scarica addosso				
Vergogna per quello che penseranno i nonni				
Vergogna per i propri errori educativi				
Vergogna per gli amici, colleghi, parenti, ecc.				
Vergogna per "la malattia" che c'è in famiglia				
Colpa per errori educativi				
Colpa per assenze dalla educazione dei figli				
Colpa per aver dato troppe (o troppo poche) libertà ai figli				
Colpa per .... (qualsiasi altra cosa avvenuta nel passato)				
Colpa per le cattive relazioni coniugali				
Disagio perché non si sa nulla della omosessualità/transessualità, ecc.				
Disagio: "avrò a che fare con omosessuali, persone che si vestono strano", ecc.				

REAZIONE	DATE			
Disagio all'idea dei rapporti sessuali che avrà il figlio				
Attacco: obbligare il figlio a non dirlo a ...				
Attacco: "vai dallo psicologo", per guarire dalla omosessualità, ecc.				
Trattare male, non far uscire di casa,				
Tenere sotto controllo ossessivamente il figlio				
Aggredire, cacciare di casa,				
Far in modo che esca di casa				
Esame di realtà: cerco informazioni su cause e condizioni				
Ricerca di conoscenze su leggi, malattie, e trattamento in altre nazioni				
Esame di realtà: "cerco gli errori che ho fatto da quando l'ho saputo"				
Esame di realtà: "che rischi reali corre?"				
Esame di realtà: "però ce lo ha detto, si fida di noi"				
Sfiducia sulla propria possibilità di superare il problema				
Sfiducia sulla capacità del figlio a superare il problema				
Sfiducia sul compagno che ha scelto				
Colpa per non averlo capito prima				
Colpa per non aver facilitato le confidenze				
Colpa per le battute o i ragionamenti contro omosessuali e trans				
Iper protezione del figlio: voler sapere sempre dove va, chi frequenta, ecc.				
Iper protezione del figlio: non fargli frequentare certe amicizie, trattenerlo in casa.				
Iper protezione del figlio: dare consigli inutili perché il figlio già li segue				
Isolamento: non ci si confida con nessuno				
Isolamento: se emergono questi temi tra amici o colleghi si è turbati ma ci si nasconde				
Squalifica: "sarà sempre in difetto per questo"				
Squalifica: "le compagnie che sceglierà saranno problematiche"				
Minimizzazione: "anche se non mi va, che problema c'è?"				
Minimizzazione: "perché dirlo agli altri?"				

REAZIONE	DATE			
Minimizzazione: "l'ho sempre saputo che era troppo..."				
Ricerca di risposte: confrontarsi con gli amici o colleghi				
Ricerca di risposte: chiedere pareri agli esperti e ai professionisti				
Ricerca di risposte: confrontarsi con altri genitori che hanno vissuto gli stessi problemi				
Scoperta: la nostra omofobia				
Scoperta: le nostre reazioni agli imprevisti				
Scoperta: ci eravamo fatte delle attese sbagliate				
Scoperta: i nostri sogni vanno rivisti lasciando spazio ai loro sogni				
Messa in discussione				
Fiducia nella riuscita				
Voglia, desiderio di riuscire				
Mediazione: perdonare i propri errori (quelli veri)				
Mediazione: cercare compromesso per risolvere errori fatti				
Mediazione: cercare nuova modalità di convivenza				
Accettare il diverso, la novità				
Accettare anche se non ci piace la cosa				
Accettare che sia strano				
Accogliere: rispettare l'identità del figlio				
Accogliere: essere felici che il figlio si mostri così come è				
Accogliere: sentire la ricchezza della diversità				
Accoglienza: "sei sempre tu e vai bene così come sei"				
Accogliere: rimanere amici di sé anche con le parti deboli scoperte				
Accoglienza: scambievole comprensione				
Accoglienza: maggiore confidenza reciproca				
Quando capita lo dico con tranquillità				
Mi oppongo alle discriminazioni o ai discorsi di odio o di squalifica				
Faccio azioni positive per il benessere sociale dei nostri figli				



**Agedo (associazione di genitori, parenti e amici di persone lgbt)**

è un'associazione senza scopo di lucro, che si impegna nel sociale per ridurre ed abbattere i pregiudizi, le paure e gli stereotipi relativi all'omosessualità e transessualità, con l'obiettivo di educare al rispetto delle persone LGBT e a intervenire contro ogni forma di discriminazione all'interno e fuori dalla famiglia.

L'accoglienza e l'ascolto sono il primo servizio che rivolgiamo ai genitori e ai figli che hanno difficoltà a relazionarsi con le tematiche lgbt in famiglia e al di fuori di essa.

Si tiene il gruppo mensile di Mutuo Aiuto per mettere a contatto genitori che si pongono le stesse domande e provano emozioni simili, aiutandosi nella ricerca di una crescita personale.

Materiali da consultare:

"Due volte genitori" Il docu-film di Claudio Cipelletti prodotto da Agedo.

Un viaggio in sei capitoli che racconta il momento della rivelazione dell'omosessualità di un figlio o di una figlia.

Su youtube:

Video Vite, cap I, il coming out:

<https://www.youtube.com/watch?v=eJCXlx4wL8s&t=41s>

amoredimmelo: <https://www.youtube.com/watch?v=9O3EOmmVNdc&t=1s>

**agedo**  
milano

Opuscolo realizzato con il finanziamento dei fondi ministeriali ex legge 285/77; DDG Comune Milano n. 2348 del 22.12.17; Progetto: "Trevor".

A cura di Salvatore Mirante, con il contributo di Fanny Marrone.

Si ringrazia Elena Broggi e Patrizia Farinazzo per i suggerimenti e il sostegno.