

L'approccio globale per curarci e valorizzarci

Marzia Castiglione, in arte Zoe Rondini



Di cosa vi parlerò

La filosofia olistica: una realtà in espansione

L'approccio olistico nelle situazioni più "fragili"

L'educazione sentimentale: tutto parte dalla famiglia

La mia esperienza: scoperta e conquista della
sessualità

Il Tantra: una via per scoprire la propria "Totalità"

Il Tantra per sostenere il diritto alla salute sessuale

Condividere i benefici della "Via del Tantra"

Disabilità e sessualità: osservazione e confronto

Progetti e aspettative per il futuro

Conclusioni



Mi presento

- Cerco di essere molte cose: autrice del romanzo autobiografico **“Nata viva”**, pedagoga e blogger
- **Esigenza e volontà di comunicare** → «Nata viva» e Piccologenio: fare informazione per essere utile a molte persone con disabilità
- Negli ultimi anni, grazie soprattutto al blog, mi sono dedicata ad approfondire la tematica **dell’amore, la sessualità e dell’educazione sentimentale in relazione alla disabilità**
- Da molto tempo ormai, mi interesso all’**approccio olistico** della persona e alla **pratica del Tantra, come vie per scoprire una sessualità più profonda e sacra**

La filosofia olistica: una realtà in espansione

- La filosofia olistica può contribuire a **migliorare gli aspetti della vita di ognuno di noi**
- Nella visione olistica, l'individuo è somma di **Corpo, Mente e Spirito**
- Nell'approccio olistico il **contesto sociale e culturale** rivestono un ruolo importante poiché **non si può avere una visione completa dell'individuo, se non si esamina il contesto che lo circonda**
- **L'obiettivo** perseguito dall'approccio olistico è il **riequilibrio totale dell'organismo**
- **Le molte discipline olistiche non si concentrano sul singolo sintomo**, ma intervengono sul corpo e sulla mente nella totalità
- Ogni **tensione** viene interpretata come un **blocco ed una chiusura emozionale ed energetica**.

La filosofia olistica: una realtà in espansione

- Negli ultimi anni è **creciuta attenzione e richiesta** di tali trattamenti
- La figura dell'operatore olistico: **aiuta la persona a ritrovare l'armonia psicofisica** attraverso l'uso di tecniche naturali, energetiche, psicosomatiche, artistiche, culturali e spirituali. **Il professionista** stimola un naturale processo di trasformazione e crescita della consapevolezza di sé. **Non è un terapeuta**, non fa diagnosi e non cura malattie fisiche o psichiche, non prescrive medicine
- Rientrano tra le **discipline olistiche**: medicina cinese, medicina e massaggio Ayurveda, Bioenergetica, massaggi olistici, massaggio cranio sacrale la pratica del Tantra, yoga, reiki, riflessologia plantare, agopuntura e molte altre...
- **Ci sono molte testimonianze** da parte di persone **normodotate** che si sono affacciate a questo mondo, ma sono ancora **poche** quelle delle persone con **disabilità**

L'approccio olistico nelle situazioni più "fragili"

- La **medicina tradizionale** è ancora **lontana** dall'applicazione di una visione olistica, ma **qualcosa sta lentamente cambiando...**
- Tra gli approcci più all'**avanguardia** cito il **Prof. Bruno Dallapiccola** - Direttore Scientifico dell'Ospedale Bambino Gesù – che promuove l'importanza di lavorare per realizzare una **medicina personalizzata**:

«Solo un approccio integrato, in grado di considerare ogni individuo con una visione olistica, che includa la clinica, le indagini strumentali e di laboratorio, la storia familiare, gli stili di vita, la genomica e i suoi livelli intermedi, potrà fornire risposte concrete alla medicina personalizzata» (Dallapiccola)

- Tale metodologia potrebbe dare **risultati ancora più efficaci se applicata alle persone con disabilità**, che sono chiamate a compiere **maggiori sforzi** per raggiungere una vita autonoma e soddisfacente e **la riabilitazione è molto intensa**

L'approccio olistico nelle situazioni più "fragili"

- **L'approccio olistico nella riabilitazione:** affrontare tali **terapie, progettare o riprogettare** (nel caso di un evento traumatico) la propria vita può rappresentare uno **sforzo enorme**; in queste situazioni sarebbe davvero d'aiuto che la cura tenesse conto anche della **psiche, dei desideri e dei bisogni della persona**
- L'approccio olistico aiuterebbe a **non perdere di vista la totalità della persona**, tenendo in considerazione quei **desideri e i bisogni** che attengono alla **sfera relazionale** e che spesso vengono ritenuti **meno urgenti della riabilitazione**. **Sarebbe dunque un utile sostegno a familiari e terapeuti: non esiste solo la riabilitazione!**
- In particolare, nella **situazione di pandemia**, è e sarebbe stato fondamentale **non trascurare la cura della mente e dell'anima** (es. anziani soli in case di riposo colpiti dal virus e lontani dai loro affetti)
- Nella foto un uomo, ricoverato presso **l'Hospital de Mar di Barcellona** in terapia intensiva dal 14 aprile, e ora fuori pericolo, è stato accompagnato da un gruppo di medici e infermieri sul lungomare come parte di un programma di recupero



L'educazione sentimentale: tutto parte dalla famiglia

- I disabili non sono degli «**ETERNI BAMBINI**»: **considerare la persona sotto un'ottica più ampia** potrebbe aiutare a comprendere il fatto che chi ha trascorso una lunga fase della vita a “**prepararsi**” **ad essere adulto** non vuole essere considerato un “**ETERNO BAMBINO**”, anzi vuole riscattarsi in qualche modo...
- La **negazione dei diritti e delle responsabilità** del giovane e dell'adulto disabile crea **notevoli rischi**. **Prima o poi si scopre la sessualità**: con internet, con gli amici, con una persona che ti fa un apprezzamento
- **Ad oggi, maggiore attenzione e apertura da parte dei media** sull'amore, l'affettività e la sessualità delle persone con disabilità, ma dietro questa apparenza **rimangono molti pericoli, paure e censure**. E' fondamentale che **l'educazione sessuale e sentimentale** coinvolga sia la **persona** con disabilità che il **nucleo familiare** di riferimento. Educare significa evitare i rischi (malattie, gravidanze indesiderate, attenzioni da parte di un devotee)
- Sarebbe opportuno puntare di più sul **contesto e sulla formazione di tutta la società**, anche se è **più facile abbattere le barriere architettoniche che quelle culturali**

L'educazione sentimentale: tutto parte dalla famiglia

Gli atteggiamenti più ricorrenti all'interno del contesto «famigliare»:

- 1. Identificare la persona con il suo “problema”:** in questi casi si riscontra rassegnazione ad una vita povera di stimoli e la negazione dell'adulità per il disabile
- 2. Approccio sbilanciato sulla sola riabilitazione. Tanta fatica e molte aspettative:** in questi casi la persona disabile deve pensare solo ai tanti doveri e ad un suo miglioramento che non cessa dopo l'età evolutiva. In questo senso è proprio il migliorarsi e la crescita che inducono a desiderare una maggiore autonomia e una relazione di coppia
- 3. Comprensione, sostegno e rispetto della sfera privata:** tale approccio sostiene la persona con disabilità anche nel sviluppare una sana e propria intimità

La mia esperienza: scoperta e conquista della sessualità

- Mi ritengo **fortunata** perché ho ricevuto da mia madre una buona educazione sessuale e sentimentale
- La scoperta della sessualità e dell'amore è stata una **scelta fortemente voluta dal mio "IO"**
- **Avevo 23 anni**, già ero abbastanza **autonoma**: guidavo e non vivevo più con la mia famiglia
- Decisi di **usare internet**, a quel tempo le **chat e i forum** erano **frequentati meglio di oggi**
- **Bel ricordo della prima volta**, ma non è scattata la scintilla, anche lui aveva una disabilità motoria. **Successive esperienze intense...**

Disabilità e sessualità: frequenti storture e il contributo dell'approccio olistico

- Negare uno o più aspetti di una persona la fa percepire, da sé stesso e dagli altri, come **mancante e deficitaria** e **impedisce** all'individuo **di riconoscere e valorizzare i propri punti di forza**
- Il fatto che le persone con disabilità parlino di sessualità può spaventare i **genitori**, non sempre preparati a vedere la figlia o il figlio adulto, pronto a fare delle scelte, avere per la prima volta delle esigenze di intimità...
- Ci sono però **molte realtà diverse**: non sono pochi i casi in cui le persone con disabilità si creano una loro famiglia, oppure hanno conosciuto solo la sessualità
- Di fronte a **disabilità cognitive complesse** è ancora **più difficile** avere una vita relazionale soddisfacente
- Un **operatore olistico** ben formato e con un approccio multidisciplinare potrebbe essere un **valido sostegno** alle esigenze della persona che è diventata o sta diventando adulta

L'importanza di scoprire la propria "Totalità"

- **“Il diritto a scoprire la Sacralità della Sessualità”** è un elemento importante da ritrovare per tutte le persone
- **Vivere l'amore e la sessualità in un'ottica paritaria e sacra**, anche attraverso **percorsi spirituali** come quello tantrico, sarebbe importante per tutti (disabili e non)
- La via del Tantra è una **via amorevole**, che non ha a che vedere con l'atto sessuale fine a sé stesso. È una pratica per **conoscere la propria totalità**
- Il **massaggio tantrico** (tra i massaggi olistici) può aiutare l'individuo a scoprire il **rapporto con la propria totalità e con l'altro** in modo profondo, amorevole ed erotico
- Molte persone, anche con disabilità, cercano nella “Via del Tantra” delle **risposte sulla propria sessualità**
- **Nel Tantra**, praticato seriamente, si persegue un approccio **armonico ed olistico** che tenga conto della **totalità** e delle caratteristiche **della persona**

Il Tantra per sostenere il diritto alla salute sessuale

- Attraverso il massaggio tantrico, il disabile può entrare in contatto più profondamente con la propria **affettività** utilizzando lo **scambio di energia** con il corpo della massaggiatrice o del massaggiatore
- Tra gli **effetti immediati e di lungo periodo** che vengono riscontrati:
 - ✓ aumento dell'**autostima**
 - ✓ allentamento delle **tensioni**
 - ✓ sensazione di **benessere durevole** nei giorni successivi...
- **OMS**, riconosce la **salute sessuale quale diritto**:

*«La salute sessuale è l'integrazione degli aspetti somatici, affettivi, intellettuali e sociali dell'essere sessuato, allo scopo di pervenire ad un **arricchimento della personalità umana e della comunicazione dell'essere**»*
- **ONU, 1993**: riconosciuto il **pieno diritto a tutti i portatori di handicap di esprimere la propria sessualità**

Condividere i benefici della “Via” del Tantra

- **Esperienza e divulgazione:** dopo aver **sperimentato su di me** gli effetti benefici della “Via” del Tantra, mi sono informata per parlarne sul mio portale **Piccologenio** e nel **gruppo Facebook** «*Amore, disabilità e tabù: parliamone insieme*». **L'intento** era quello di **dare la possibilità ad altre persone di conoscere** ed eventualmente **approcciare** a questa pratica
- Ho aiutato un amico con una grave disabilità motoria ad affacciarsi a questa pratica, il suo **desiderio di amore e passione** mi ha convinta!
- Nella sua richiesta non c'era nulla di sbagliato: è un **uomo adulto** nel pieno delle sue facoltà mentali e intellettive
- Dopo l'esperienza del **primo massaggio** l'ho visto **raggiante**: si era sentito accolto, accudito, coccolato ed era felice
- Ho spiegato al mio amico che **non si doveva aspettare un rapporto d'amore** dall'operatrice, chiarito questo la sua **contentezza** per la nuova esperienza è **rimasta viva e visibile**

Disabilità e sessualità: osservazione & confronto

- Qualche anno fa ho creato il **gruppo Facebook**: “*Amore, disabilità e tabù: parliamone!*” che ad oggi conta **più di 700 iscritti!**
- **Scopo del gruppo:**
 - ✓ realizzare un **luogo virtuale** di incontro per scambiarsi opinioni e informazioni;
 - ✓ promuovere il **confronto** ed il **dialogo** tra normodotati e disabili;
 - ✓ incentivare la **conoscenza reciproca**;
 - ✓ incentivare lo **scambio di informazioni su articoli, convegni, film, iniziative** che hanno a che fare con l’educazione sentimentale, l’amore, la sessualità, il Tantra in relazione alla disabilità.
- Grazie a internet e ai Social posso “**scoprire**” **persone nuove** ed arrivare a chi, in altri modi, non sarei mai arrivata

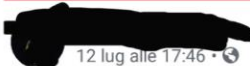
Disabilità e sessualità: osservazione & confronto

- Nel gruppo, di fronte alle **richieste di consigli** su come approcciare alla sessualità in una situazione di disabilità, dopo una prima fase di ascolto, propongo due strade:
 - ✓ **Condividere la propria esperienza** sul gruppo Facebook o in forum e chat tematici, facendo attenzione alle intenzioni dei possibili interlocutori...
 - ✓ Rivolgersi ad **operatori tantrici**
- Alcune **tendenze ricorrenti riscontrate sul gruppo FB** :
 - ✓ Le richieste di aiuto hanno sempre come protagonista un **maschio**: forse per noi **donne** con disabilità non si dà importanza a certi aspetti? O forse troviamo **da sole il coraggio** di fare certe esperienze, magari usando internet o chiedendo agli amici?!
 - ✓ Paura di sperimentare l'**autoerotismo** e ricerca di approvazione

Disabilità e sessualità: osservazione & confronto



← Amore, disabilità e... 🔍 ...

 12 lug alle 17:46 • 🌐

Spesso mi chiedo: se ci sono molti normodotati single (soprassediamo su quelli che possano essere i motivi), perché noi disabili (secondo quale che sia la patologia e a prescindere da essa, il nostro aspetto estetico e fisico), avendo senz'altro meno chance e meno da offrire, sentiamo comunque il bisogno (io, almeno, a volte) di avere un/una partner, affettività, intimità?

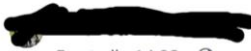
...e poi ci sono quei disabili (più spesso donne naturalmente, per ovvi motivi), magari anche motori e pure in carrozzina che, alla faccia dei single normo, in coppia con un partner normodotato, riescono anche a farsi una famiglia un futuro ad avere dei figli ecc.... (ecce... Altro...

👍❤️👍 7 Commenti: 50 • Condivisioni: 2

👍 Mi piace 💬 Commenta ➦ Condividi

← Amore, disabilità e... 🔍 ...

 **Zoe Rondini** ha condiviso un post. ...
Amministratore • 7 set alle 17:00 • 🌐

 5 set alle 14:02 • 🌐

Mille modi per usare la propria carrozzina, ma soprattutto, ecco come la si può utilizzare per valorizzare la propria sensualità 😊

← Amore, disabilità e... 🔍 ...

 ha condiviso un link.

7 ore • 🌐

<https://www.facebook.com/1569511326650388/posts/2410276295907216/?app=f>

Informazioni

← Amore, disabilità e... 🔍 ...

 **Anna Senatore** ha condiviso un link.

9 ott alle 13:35 • 🌐

Buongiorno
CONDIVIDO dal mio BiVlog
...E se avete tempo guardate il video.

AnnaA
❤️





Informazioni su questo sito web

ANNASENATORE.COM
Parliamo di Sessualità e Disabilità
"L'ignoranza e la paura del giudizio sono peggiori della Di..."

Disabilità e sessualità

DOCSS.GOOGLE.COM

Disabilità e sessualità

Il presente questionario è rivolto alle persone maggiorenti che si auto-identificano come disabili, con lo scopo di comprendere meglio i bisogni e la percezi...

👍 Mi piace 💬 Commenta ➦ Condividi

👍 Mauro Spinelli e altre 8 persone Condivisioni: 1

Conclusioni

- Una maggiore **attenzione alla totalità dell'individuo nei percorsi di cura e riabilitazione** è ancora più efficace nel trattare con le **persone con disabilità**, ma anche con le **malattie nella nostra epoca** (come corona virus, tumori, Alzheimer, Parkinson), caratterizzate da **lunghe degenze** che coinvolgono anche l'aspetto emotivo e psicologico dei pazienti implicando l'instaurarsi di un **rapporto più intimo con le figure preposte alla cura e alla riabilitazione**
- In questo contesto l'**approccio olistico** potrebbe fornire un importante **valore aggiunto alla medicina tradizionale e alle cure riabilitative**. Mi auguro che sempre di più si vada in questa direzione per le persone di tutte le età.

GRAZIE PER L'ATTENZIONE!

Zoe Rondini   

Autrice, pedagoga e blogger

Sito web: www.piccologenio.it