

DISFORIA DI GENERE E PSICOLOGIA: INTERVISTA A

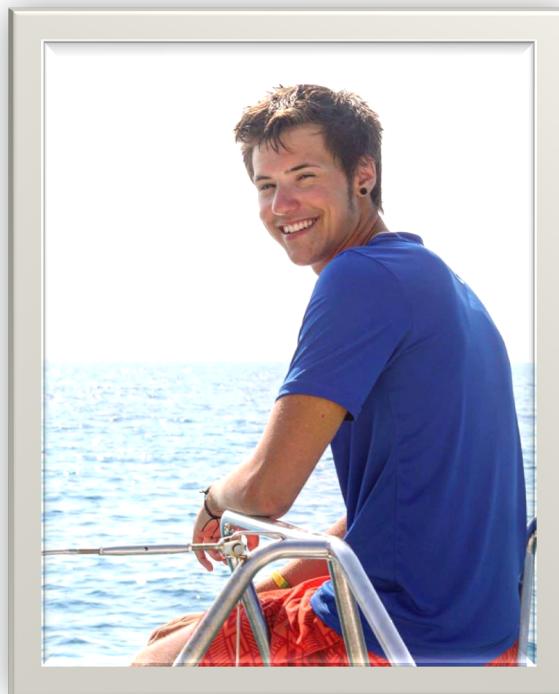
YVAN MOLINARI

Tempo di lettura: 5 min

Mi chiamo Yvan Molinari ho 23 anni, frequento la magistrale in Biologia Marina a Genova e sono originario di Varese. Oltre lo studio mi dedico all'attivismo nel mio piccolo, sono responsabile e coordinatore di un gruppo trans nell'associazione *Arcigay Varese*, mi piace farlo perché mi da gradi soddisfazioni nell'aiutare le altre persone o nel raggiungere dei piccoli traguardi. Per esempio la triennale l'ho fatta a Varese all'Università dell'Insubria e quando ho iniziato gli studi non c'era la possibilità di fare la **Carriera ALIAS**; questa carriera ti da la possibilità di registrarti con i tuoi documenti, ma di risultare effettivamente con un nome che decidi tu che comparirà ufficialmente sui documenti universitari, gli elenchi, il badge ecc. non è solo per le persone trans ma anche per persone *"protette"*. Mi sono interessato e ho coinvolto altre associazioni riuscendo a farla approvare dopo alcuni anni.

Ricevo anche messaggi da persone che vedendomi hanno avuto il coraggio di fare coming out, di accettarsi e questi feedback mi indicano che sto facendo la cosa giusta.

Posso definire la **disforia di genere** come un sentito, un percepito che ti fa dire che la tua **identità di genere non corrisponde al tuo sesso biologico**, questa discrepanza può essere totale, quindi rigetti qualsiasi cosa del tuo sesso biologico, oppure parziale, per esempio, in merito a certi caratteri sessuali. **Ciò che accomuna tutti è il soffrire, il malessere psicologico.**



Da piccolo pesavo che tutti si sentissero come me, ero convinto che qualsiasi altra bambina volesse quello che volevo io, pensavo fosse normale. Poi crescendo mi sono reso conto che in realtà non è esattamente così, le bambine vogliono essere bambine e i bambini vogliono essere bambini e allora ho iniziato a pensare di essere **sbagliato, diverso** e avere **qualcosa che non andava**. Cercavo di adattarmi a quello che mi veniva suggerito dal contesto sia familiare che sociale: provavo a comportarmi e vestirmi in un certo modo, fino a che non ce l'ho più fatta, la discrepanza era tale che mi sono rifiutato. Tutto ciò senza sapere che cosa fosse la disforia di genere. Se qualcuno mi avesse detto che c'era la possibilità di sentirsi così e anche la **"soluzione"**, mi sarei risparmiato molte sofferenze, ho scoperto questo mondo casualmente grazie a un video su Youtube.

Il mio percorso di transizione medica è iniziato quasi tre anni fa, a luglio 2017, prima di quello ho fatto 2 anni di psicoterapia che poi ho portato avanti anche successivamente.

La **figura dello psicologo** fa parte del protocollo previsto in Italia nel quale è necessario seguire una serie di tappe, il **protocollo** più utilizzato nel nostro territorio è *l'ONIG (Osservatorio Nazionale sull'Identità di Genere)*, questo prevede un minimo di sei mesi di psicoterapia. Io ho fatto molto più di sei mesi, dovevo preparare la mia famiglia, i miei conoscenti, me stesso e dovevo capire i passi successivi.

In merito **all'obbligo dei sei mesi** c'è una grande discussione nella comunità trans, molti attivisti vorrebbero che non ci fosse l'obbligo scritto perché questo significa obbligo di diagnosi e se si associa la persona ad una diagnosi la si associa anche a una patologia. E l'obiettivo è essere **depatologizzati**. Personalmente io lo psicologo lo consiglio spassionatamente. Penso che quello che porta molte persone a mettere in dubbio l'obbligatorietà è anche il fatto che hanno incontrato professionisti totalmente impreparati. Capita che la persona che dovrebbe aiutarmi non ha gli strumenti o l'esperienza per farlo e da essa dipende il mio poter accedere alle terapie mediche e quindi il proseguire del percorso.

Per fortuna ho avuto una esperienza completamente opposta. La figura dello psicologo è per me importante in molti aspetti, ad esempio nell'**aiutare** la persona a vagliare le sfaccettature e le conseguenze del percorso di transizione, **sostenere** nel coming out con la famiglia o gli amici, conosco anche casi di persone sposate che lo hanno comunicato al partner o ai figli. C'è uno stravolgimento generale nella vita della persona e li lo psicologo è fondamentale.

Trovare uno psicologo per il proprio percorso non è sempre facile: ci sono vari centri nelle principali città italiane che hanno già all'interno tutti gli specialisti previsti dal

percorso e quindi è facile seguire l'iter, però sono molto pochi. Nel mio caso provenendo da una città piccola come Varese il mio percorso ho dovuto metterlo insieme io contattando i singoli specialisti che hanno seguito il protocollo. Spesso capita che lo psicologo lo si trova sotto consiglio di qualcuno per avere la certezza di un'esperienza di queste situazioni.

I **rapporti interpersonali e familiari** sono aspetti molto salienti nella vita di una persona trans nei quali lo psicologo interviene e sostiene. Nel mio caso non ho avuto particolari difficoltà nei rapporti amicali, mentre la situazione in famiglia è stata molto più travagliata. Ci sono stati momenti di **grande crisi**, alcuni dei momenti più brutti li associo alle litigate con i miei genitori o ad alcune frasi che mi rivolgevano che mi facevano stare molto male. Lo psicologo ha coinvolto la mia famiglia anche in alcune sedute, piano piano c'è stata una graduale rigenerazione e ricostruzione dei rapporti che ora sono tranquilli.

Specialmente nei giovani dipendenti dalla famiglia è fondamentale l'appoggio dei genitori, ma anche negli adulti indipendenti è altrettanto importante, penso che tutti ricerchiamo l'amore delle persone care.

Ma il percorso di transizione è fatto anche da **momenti belli**. Recentemente ho ricevuto la mia carta d'identità nuova e sono un po' frustrato perché non ho ancora avuto modo di usarla dato il Covid-19, non vedo l'ora di farmi fermare dalla polizia per mostrarla. Oppure ricordo quando ho avuto la ricetta per comprare il testosterone la prima volta, mi sono subito fermato a comprarlo e piangevo con la scatolina in mano.

Ci sono tante altre piccole soddisfazioni, come la prima volta in cui i miei genitori mi hanno parlato al maschile o il coming out con mia nonna dove le dissi: "Nonna guarda io mi sento un ragazzo" e lei rispose: "Eh perché credevi che io già non lo sapessi?" e li partirono grandi risate insieme alle mie cugine presenti.

Consiglio a tutti i futuri psicologi? Beh, sarebbe bellissimo se qualcuno di voi si interessasse davvero alla disforia di genere e la considerasse come un possibile campo di specializzazione. **Appassionatevi** a questa possibilità perché ce n'è un gran bisogno, informatevi voi e **diventate voi gli esperti**, è un intero mondo che non può essere ridotto a una pagina in un libro di testo.

Yvan Molinari
Intervista a cura di Ludovica Alberani
(ludovica.alberani@gmail.com)