



**W L'AMORE**





# W L'AMORE

**1 COSA MI SUCCEDA ?**

**2**

**2 CHE UOMO, CHE DONNA STAI DIVENTANDO ?**

**24**

**3 È AMORE ?**

**38**

**4 DECIDI TU ?**

**66**

**5 SESSO ? SICURO !**

**90**



## CAMBIANO LE RELAZIONI

In adolescenza i rapporti in famiglia diventano più difficili. A volte vorresti più **autonomia** e **libertà** e gli adulti invece te lo impediscono, altre volte vorresti parlare con loro di un problema importante ma senti che **non ti capiscono**. Può capitarti di vedere molto più chiaramente i difetti dei grandi e non sopportare alcuni loro comportamenti. Questo talvolta causa **litigi** e incomprensioni.

Spesso gli amici possono aiutarti perché hanno i tuoi stessi problemi e con loro puoi parlare di tutto, altre volte però ci si può sentire presi in giro o soli.

### Luca 13 anni

I miei nonni mi stanno soffocando! Vogliono sapere tutto di me e mi fanno continuamente il terzo grado. Vorrebbero conoscere anche i miei pensieri. Ma perché sono diventati così oppressivi e possessivi? Cosa ho fatto? Come faccio ad avere più spazio per me ?

### Silvia 15 anni

I miei genitori controllano tutto quello che faccio. Alla sera non posso uscire e solo il sabato posso andare con le mie amiche ma devo rientrare alle dieci. E' troppo presto per tornare a casa, le mie amiche stanno fuori fino all'una! Così mi vergogno e piuttosto non esco ...



## CAMBIA IL CORPO

Molti sono i cambiamenti del corpo durante la pubertà. È qualcosa di nuovo a cui ci si deve abituare. A volte si può provare **vergogna** o **imbarazzo**, non piacersi o temere il giudizio degli altri. Ma ricorda: non capita solo a te! Questi cambiamenti avvengono in tempi diversi: in genere i maschi si sviluppano fra i 13 e 16 anni e le femmine un po' prima (fra gli 11 e 15 anni). Ci si può trovare quindi alla stessa età con corpi diversi e questo a volte può far sentire a disagio.

### Luca 13 anni

I miei amici mi prendono in giro perché sono basso e poco muscoloso. E questo mi dà molto fastidio ...

### Lorenzo 14 anni

A volte faccio dei sogni erotici. Mi sveglio con i boxer bagnati e cerco di nasconderli nel cesto della biancheria da lavare per non farli trovare a mia madre ...

### Riccardo 14 anni

All'improvviso ho avuto un'erezione in classe, una cosa davvero imbarazzante! Per fortuna poi ha smesso di succedermi ...



# CHE UOMO, CHE DONNA STAI DIVENTANDO ?

## MODELLI IN FAMIGLIA



Wash colours separately.  
Collage whilst damp.

Gli stereotipi di genere esistono in ogni società e in ogni epoca. Il contesto in cui vivi, le relazioni che hai in famiglia, a scuola, con gli amici e ciò che vedi nei media (TV e Internet) ti possono **influenzare**. I modelli di uomo e di donna li puoi trovare in tutti i luoghi che frequenti e in tutte le persone che incontri, compresa la famiglia.

Se pensi alle figure maschili e femminili che hai accanto, cosa osservi?

---

---

---

La tua famiglia ti propone un certo modo di essere uomo e di essere donna?

---

---

---

Tu lo condividi?

---

---

---



## CHE UOMO, CHE DONNA STAI DIVENTANDO ?

Gli stereotipi di genere possono influire, oltre che sul rapporto che hai con te stesso/a, anche sul modo in cui vedi le altre persone intorno a te. Non ti aiutano a rispettarle per ciò che sono e ti spingono a **giudicare** in base a dei pregiudizi.

Non c'è un modo giusto di essere maschi e femmine e non ci sono caratteristiche esclusivamente femminili o maschili! Esistono piuttosto **modi di essere** per esprimere te stesso/a, conoscere gli altri e trovare il tuo modo di stare con loro, prendendo consapevolezza delle influenze del contesto in cui vivi e dei tuoi desideri.





## ORIENTAMENTO SESSUALE

Orientamento sessuale è un termine usato per indicare i diversi tipi di attrazione sessuale ed affettiva verso persone di sesso opposto (**eterosessualità**), dello stesso sesso (**omosessualità**) o di entrambi i sessi (**bisessualità**).

Non è semplice distinguere e incasellare gli individui secondo queste categorie, perché **l'attrazione** verso un'altra persona è un'esperienza complessa e può prendere diverse direzioni. Spesso ci vuole un po' di tempo per capire se si è attratti dai ragazzi o dalle ragazze, o da entrambi. Si calcola che la popolazione non eterosessuale nel mondo sia compresa tra il 5 e il 10%. Non in tutti i Paesi si può esprimere o vivere apertamente l'omosessualità.

In Italia non è possibile né il matrimonio, né l'adozione per le coppie omosessuali.





## STARE BENE INSIEME !

Anche in questo caso non c'è un manuale o qualcuno che possa dirti come comportarti quando stai insieme a qualcuno. Parlarne con gli amici o con un adulto di cui ti fidi, può aiutarti a capire quello che tu e l'altra persona desiderate dalla vostra storia.

- Passate del tempo insieme ma fate anche la vostra vita: non dimenticate gli amici.
- Dite cosa vi piace e cosa desiderate dall'altro/a.
- Dite se qualcosa vi da fastidio, non tenetevi tutto dentro.
- Rispettate le opinioni dell'altro/a. Siete ugualmente importanti.







## DECIDI TU ?

Come si fa a capire cosa vuole o non vuole **l'altra persona ?**

È una domanda importante perché non si può obbligare nessuno a fare delle esperienze per cui non si sente pronto o pronta.

### **Nadia 14 anni**

Sto uscendo con un ragazzo per la prima volta. L'altro giorno ci stavamo baciando nella mia camera. Volevo andare oltre ma avevo paura e non sapevo lui cosa ne pensasse. Dovrei parlarne con lui ?

**Qual è il tuo consiglio ?**

---

---

---

---

---



## INTERNET E CHAT

Internet è divertente: puoi chattare, condividere foto coi tuoi amici e giocare con loro. Ma come essere sicuri di non fare brutte esperienze ?

Pietro, Amina e Lisa ci parlano di come usare in maniera più sicura la Rete.

1. Non incontrare mai da solo qualcuno che hai conosciuto in rete. Ci possono essere adulti che si spacciano per adolescenti.

### Amina

Bisogna stare sempre attenti quando si decide di incontrare qualcuno conosciuto in rete. Meglio portarsi un'amica o incontrarsi in un pub o in un bar.

2. Smetti di chattare con qualcuno che ti dice o ti chiede cose strane. Blocca la persona se necessario.

### Lisa

Se all'improvviso un ragazzo mi chiede qualcosa sul sesso o mi chiede di accendere la webcam, chiudo immediatamente la chat. Tutto qua. Lo blocco.

## SESSO ? SICURO !

Qual è l'età giusta per fare sesso?

Se si fa sesso troppo presto si hanno delle conseguenze psicologiche?

Come posso convincere la mia ragazza a fare sesso?

In Italia l'età minima per decidere liberamente di avere rapporti sessuali è considerata dalla legge 14 anni. Più che di età giusta, però, si potrebbe parlare di **atteggiamento giusto** per affrontare l'inizio dell'attività sessuale, ovvero basato sul rispetto di sé stessi e dell'altro/a. Bisognerebbe non farsi ricattare e non obbligare l'altro/a a fare una cosa per la quale non si sente pronto/a.

Non chiedere alcuna prova d'amore, il tuo ragazzo o la tua ragazza può volerti molto bene anche se ti dice che non vuole ancora fare sesso!

Dovresti anche essere in grado di pensare a fare sesso in maniera sicura e senza farti condizionare dall'esterno. Non pensare "sono l'unico che non l'ha ancora fatto" o "se non lo faccio sono sfigata" !

Se avete parlato con il/la partner, scelto che tipo di **precauzione** usare e vi sentite pronti, non sarà né troppo presto né troppo tardi: sarà il momento giusto o potrete viverlo serenamente.

## **COS'È L'HIV ?**

L'HIV è il virus che causa l'AIDS (Sindrome da Immuno Deficienza Acquisita) e si può trasmettere durante i rapporti sessuali. Se si contrae l'infezione da HIV, il virus inizia a distruggere il sistema immunitario. Significa che il corpo non si può più difendere adeguatamente da virus e batteri e può contrarre malattie molto gravi. Dall'infezione da HIV non si può guarire, ma ci sono farmaci che rallentano l'insorgere della malattia (AIDS) e diminuiscono il rischio di morte.



numero verde per l'Emilia Romagna

**800 856 080**

numero verde Nazionale

**800 861 061**



**Una persona sieropositiva può trasmettere il virus anche se non ha nessun sintomo**