

Come scrivere un personaggio non binario

Parte uno: cosa vuol dire essere una persona non binaria?

1. Significato

Essere non binario significa non rientrare precisamente nelle categorie di maschio/femmina, da un punto di vista psicologico e sociale. *L'identità di genere* di una persona non binaria non corrisponde unicamente, strettamente, sempre al genere maschile o a quello femminile.

Questo può significare cose molto diverse tra loro: una persona può considerarsi né maschio né femmina, sia maschio che femmina, più tendente ad uno di questi estremi, di appartenere ad un terzo genere, non avere alcuna identità di genere, di fluttuare tra diverse identità, e molte altre opzioni.

Per sapere di più sulle specifiche identità, si possono cercare i termini: agender, bigender, neutrois, genderfluid, demiboy, demigirl, transmasculine, third gender.

2. Sviluppo dell'identità

L'identità di genere di una persona si sviluppa solitamente nell'infanzia. Nella maggior parte delle persone, l'identità di genere diventa stabile e costante durante la pubertà e l'adolescenza. Nella maggior parte delle persone, questa identità corrisponde ad una alternativa tra una stabile identità femminile e una stabile identità maschile.

Solitamente questa identità corrisponde all'aspettativa: una persona a cui viene assegnato il genere femminile alla nascita si identifica, da adulta, come donna, e una persona a cui è stato assegnato il genere maschile come uomo. Questo tipo di persone sono dette uomini e donne cisgender.

Quando una persona ha una identità che corrisponde al maschile, ma le è stato assegnato il genere femminile, si parla di uomo transgender. Quando una persona ha una identità di genere femminile, ma le era stato assegnato il genere maschile alla nascita, si parla di donna transgender.

E' importante notare che il concetto di "transgender" si basa sul genere assegnato alla nascita, e non sulle caratteristiche fisiche di una persona. Una persona può modificare moltissimi aspetti del suo genere e del suo sesso, ma non cessa automaticamente di essere transgender quando è soddisfatta dal risultato della sua transizione. "transgender" è una identità. Per questo motivo, non è inusuale che una persona che rientra nella definizione scelga di non utilizzare il termine per descriversi.

Una persona non binaria potrebbe non sviluppare affatto una identità di genere, oppure la sua identità di genere potrebbe non stabilizzarsi, e continuare ad oscillare. Ancora, è possibile che l'identità si stabilizzi in una posizione intermedia, o esterna allo spettro maschile/femminile.

Una persona può mostrare i primi segni della sua identità di genere ad età giovanissime. Secondo alcuni studi (vedi Fonti Autorevoli) si svilupperebbe tra i quattro e sei anni, in norma.

Questi segni possono essere l'andare a ricercare una non-conformità di genere per il gusto della non-conformità di genere, il sentirsi inclusi in entrambi i gruppi sociali maschili/femminili, l'apprezzare di essere "scambiato" per un bambino del genere assegnato opposto, l'apprezzare l'ambiguità di genere, la prima comparsa della disforia di genere, l'affermazione di essere di un genere diverso da quello assegnato, la non comprensione o non accettazione dei ruoli di genere in generale, il rifiuto di conformarsi a quello che è accettabile per il genere assegnato, anche quando non creerebbe alcun danno. E' difficile sapere di per certo se un bambino si identificherà come transgender o non binario una volta adulto, ma vedere questi segni può incoraggiare i genitori ad informarsi e prepararsi per questa possibilità.

Durante la pubertà e l'adolescenza, l'identità di genere tende a farsi più esplicita alla persona. La pubertà causa la comparsa delle caratteristiche sessuali secondarie, che mettono enfasi sul dimorfismo sessuale. Questi cambiamenti rendono più facile categorizzare una persona in una categoria di genere binaria. La maggiore consapevolezza di sé porta a riconoscere che il mondo non è fatto per persone non binarie.

3. Consapevolezza

Rendersi conto della propria identità non binaria può avvenire a qualsiasi età, ed è stato recentemente semplificato esponenzialmente dalla presenza di informazioni su internet e dalla relativa conoscenza della non binarietà.

La consapevolezza di sé come persona non binaria, così come di uomo o donna, nasce spesso dal confronto con altre persone. Incontrare, ascoltare o sentir parlare persone non binarie è spesso un passo fondamentale nella scoperta. La presenza di una disforia di genere può anche contribuire: andando a cercare spiegazioni su di essa ci si può trovare in spazi in cui si parla più apertamente della questione.

Esistono resoconti storici di persone che si sono descritte come "sia uomo che donna", o "né uomo né donna", da molto prima che esistessero le nozioni moderne di genere. Infatti, il non-binarismo è spiegato da concetti come la separazione tra sesso e genere, il genere come costruito sociale, l'influenza delle nostre esperienze sulla forma del cervello, le recenti scoperte sull'intersessualità, ma non dipende da esso. É un fatto che, in tutte le parti del mondo, in tutte le epoche storiche, degli esseri umani hanno sentito di non corrispondere a quello che era considerato un uomo o una donna. Questa è l'essenza del non binarismo.

4. Disforia

Si parla di disforia di genere per descrivere il malessere causato dall'incongruenza tra le proprie caratteristiche sessuali o di genere, e la propria identità di genere. Queste caratteristiche possono essere fisiche, metafisiche, fenomeniche, sociali, psicologiche, legali, etc.

Quando si parla di Disforia di Genere, però, si parla anche di una diagnosi psichiatrica che viene utilizzata per determinare se una persona dovrebbe o meno poter accedere a dei trattamenti per migliorare il rapporto con il proprio genere. Questa diagnosi vuole verificare se la persona in questione soffre abbastanza per avere bisogno di accedere a cure mediche, e non determina se una persona è transgender o meno.

La disforia di genere tende a concentrarsi sulle caratteristiche visibili: seno, barba, altezza, forma del viso, voce, genitali esterni sono fonti comuni di disforia. Può anche concentrarsi sulla fisiologia, come ad esempio il ciclo mestruale e i meccanismi riproduttivi. Può essere prevalentemente sociale, e causata dalla difficoltà di integrarsi nel gruppo sociale prescelto, o dalla non accettazione della categoria di genere corrente da parte delle altre persone. Nelle persone non binarie, è comune avere alcune di queste problematiche ma non altre. La disforia genitale tende ad essere leggermente più rara, la disforia sociale è molto comune.

La disforia è accentuata dall'accanimento sulle caratteristiche sessuali e sul passato di una persona transgender. Il sottolineare costantemente le differenze tra la persona transgender e quello che è tipico per una persona cisgender causa disforia, ed è solitamente considerato transfobia.

5. Come si sente una persona non binaria?

Qui riassumo alcune esperienze tipiche riportate da persone non binarie:

- Percepirsi e voler essere percepiti in modo diverso da maschio o femmina.
- Provare disagio nei confronti del proprio corpo, e in particolare delle sue parti più "genderate": più qualcosa è associato ad un genere nella società corrente, più causerà disforia.
- Sentire un senso di non appartenenza sia negli spazi maschili che in quelli femminili. Preferire gruppi sociali e attività che non sono divise per genere.
- Sentire che nessuna categoria di genere è giusta.
- Sentire che c'è qualcosa che non va quando si viene categorizzati in una categoria maschile o femminile. Sentirsi a disagio apparentemente senza motivo.
- I ruoli di genere sembrano fastidiosi e non necessari, o addirittura privi di senso.
- Essere accidentalmente percepiti come qualcosa di diverso dal maschile o dal femminile, e sentire un senso di sollievo.
- Sapere, inconsciamente, di non essere un uomo o una donna. Questo presupposto influenza moltissimi aspetti della vita.
- Modificare la propria espressione di genere in una non convenzionale, per esprimere la propria consapevolezza di sé.
- Non sentire un particolare legame con la categoria assegnata alla nascita, e percepirla più come una imposizione esterna.
- Desiderare di avere caratteristiche sessuali diverse.
- Il genere assegnato alla nascita sembra sbagliato in un modo fondamentale.
- Sentirsi "alieni".

- Avere una sessualità atipica. Voler partecipare negli atti sessuali in un modo non comune per il genere assegnato.
- Avere desideri che sono considerati tipici per il genere opposto per quello assegnato (voler essere una madre per una persona assegnata maschio, ad esempio.)
- Sentire un senso di similarità ed appartenenza con personaggi che appaiono genderqueer, o non conformi al genere, con l'omosessualità, con la transessualità, con la varianza di genere (anche se non ci si considera espressamente omosessuali, transessuali o non conformi al genere).
- Desiderare di poter tenere il genere assegnato alla nascita nascosto in modo da non dover essere associati ad esso.
- Effettuare cambiamenti a parti di sé (non necessariamente medici) per avere un aspetto androgino o conforme al proprio genere.
- Voler avere un corpo che non corrisponde alle nozioni tipiche di maschile o femminile.
- Avere una disforia "fluttuante", cambiare opinione sulle proprie caratteristiche sessuali o di genere.
- Sentire fastidio nel momento di dover fare una scelta tra maschio e femmina.

6. Transizione

La transizione può essere più difficile per una persona non binaria, ma non è impossibile. Si parla di transizione sociale, legale e medica. La transizione sociale consiste nel modificare il ruolo di genere in cui si vive, e può includere la modifica del nome, del genere grammaticale, e della espressione di genere. La transizione legale consiste nel cambiamento del nome e del sesso sui documenti legali, o in ogni caso in un riconoscimento della identità corrente. La transizione fisico-medica può includere aspetti come la gestione dei peli corporei, l'esercizio fisico per modificare l'aspetto, l'esercizio vocale per cambiare la voce, l'uso di terapie ormonali per modificare i livelli ormonali e le proprie caratteristiche sessuali secondarie, l'uso di bloccanti della pubertà per ritardarne gli effetti, molti tipi di chirurgia che modificano i livelli ormonali, le caratteristiche riproduttive, aspetto e funzione del corpo.

Le persone non binarie sono svantaggiate nella transizione sociale, perché non esiste alcun modo di sembrare "non binari" e la maggior parte delle società non riconosce la possibilità di non essere uomini o donne.

Sono anche svantaggiate nella transizione legale, perché in molti paesi bisogna avere un nome tipicamente associato al sesso, e non esistono opzioni non binarie di sesso legale.

Inoltre sono svantaggiate nella transizione medica, perché la diagnosi di disforia si concentra su una esperienza binaria e riduttiva di transgender, i protocolli sono pensati per ottenere un corpo tipicamente maschile/femminile, molti medici considerano le persone non binarie confuse, pochissimi medici offrono chirurgia pensate per offrire un aspetto androgino.

Tutte queste difficoltà sono create e devono essere risolte dalla società.

7. Espressione

L'espressione di genere può essere un metodo per esternare o esplorare la propria non-binarietà, ma può anche non avere niente a che fare con essa.

Alcune persone sfruttano gli stereotipi di genere per essere percepite come androgine, altre li utilizzano per ottenere vantaggi (avere un aspetto tipicamente cisgender permette di essere considerati più attraenti, di ottenere lavori migliori, di essere pagati di più, di non subire discriminazione).

Le persone non binarie hanno espressioni estremamente variegata, possono cambiare espressione da un giorno all'altro, possono essere conformi al genere assegnato alla nascita o a quello opposto, possono decidere di avere un aspetto "strano" in modo di essere riconosciute come non binarie. Possono combinare aspetti diversi.

Non sempre cambiare espressione di genere aiuta con la disforia: vestirsi in un modo tipicamente maschile, per qualcuno che ha un aspetto naturale più femminile, potrebbe aumentare il contrasto e quindi la disforia. La discriminazione, poi, non aiuta mai.

9. Problemi sociali

Il sentire di non appartenere al gruppo maschile o a quello femminile può creare difficoltà in una società divisa per genere. Inoltre, essere aperti sulla propria identità causa la discriminazione, mentre non esserlo causa la disforia.

10. Problemi psicologici

Lo stress chiamato disforia di genere coinvolge diverse aree della vita. Solitamente non viene gestita finché la persona in questione non è adulta ed indipendente, perciò questo stress può essere causa di ulteriori problemi psicologici. Se lo si aggiunge alla discriminazione, non bisogna stupirsi che le persone non binarie abbiano livelli più alti di depressione, ansia e disturbi alimentari.

11. Tanti tipi di non binarismo

Non solo le persone non binarie variano nei tipi di identità (agender, genderfluid, neutra, transfemme...) e nei corpi (maschili, femminili, intersex, trans-maschili, trans-femminili, androgini), ma variano anche nell'espressione di genere, nei livelli di disforia, nei desideri, nelle scelte di transizione.

Le persone non binarie non formano un unico terzo genere, il "genere non binario", ma sono persone di molti generi diversi, che sono incluse in un termine-ombrello.

12. Discriminazione

Viviamo in un mondo che parte dal presupposto di una categorizzazione costante, eterna e non ambigua in una categoria tra "maschile" o "femminile". Questo significa che il mondo non è fatto per le persone non binarie.

In aggiunta, quando si cerca di fare spazio per le persone non binarie, si ottengono valanghe di transfobia, omofobia, sessismo e intolleranza verso la non-conformità di genere.

Scrivendo un racconto con personaggi non binari, se non si ha vissuto questa esperienza a propria volta, non consiglio di concentrarsi su questo aspetto.

Parte due: la scrittura effettiva

1. Esamina il concetto di genere

Cerca di analizzare profondamente il genere nella tua società e nella tua percezione. Pensa liberamente alle differenze di genere presenti nella tua società, chiediti se sono vere, se sono naturali, se sono causate da agenti fisici o psicologici, se possono essere cambiate.

Fatti domande sulla natura del genere, e cerca di darti risposte, sapendo che non devono essere conclusive. Pensa al tuo genere: come fai di sapere di essere un uomo o una donna? In che modo la tua esperienza è diversa da quella di una persona di un genere diverso? Come ti sentiresti se ti trovassi a vivere in un ruolo sociale o con caratteristiche sessuali diverse?

Ora analizza il genere nella società che stai scrivendo. Cosa c'è di simile al mondo reale, e cosa c'è di diverso? Se i tuoi personaggi hanno caratteristiche atipiche, in che modo questo influenza il sistema di genere nella società che scrivi? Tieni presente che le dinamiche di potere e l'economia di un paese influenzano il sistema di genere.

2. Non c'è bisogno di essere degli alieni, per essere non binari

Può essere più facile concettualizzare il non binarismo quando non lo si applica agli esseri umani. Una pianta può essere sia maschio che femmina. Un oggetto è chiaramente né maschio né femmina. Si può immaginare che un robot non abbia dei genitali, e quindi accettare che non sia un uomo o una donna. Una specie aliena ha, probabilmente, dei sistemi riproduttivi diversi dai nostri.

Nella vita reale, però, è importante riconoscere le persone non binarie come esseri umani. Il fatto che abbiamo un'esperienza atipica, o addirittura un corpo atipico, non ci rende meno umani. Anzi, è importante rendersi conto che l'esistenza delle identità non binarie è una parte integrante dell'umanità, e non una cosa esterna ad essa.

Avere robot o alieni non binari è divertente, ma è meglio avere anche esseri umani non binari.

3. Il genere ha tanti aspetti, e non c'è un solo modo di combinarli

Non è ovvio né necessario che i diversi aspetti del genere di una persona corrispondano. E' possibile essere biologicamente intersex, avere una identità non binaria, un'espressione di genere androgina ed essere bisessuali. Ma è anche possibile essere intersex, avere un'identità maschile, un'espressione di genere femminile ed essere gay. Ci sono persone non binarie che sono nate con caratteristiche maschili, fanno una transizione verso il femminile, e vivono nella società come donne lesbiche.

L'assegnamento di genere, il sesso biologico, l'identità di genere, l'espressione, il ruolo sociale, e l'orientamento sessuale non sono dati in "set" precisi. Non bisogna dare per scontato che un aspetto

del genere di una persona ne implichi un altro, o ancora che il genere di una persona implichi la sua sessualità. Per un personaggio, può essere interessante combinare in modo inusuale queste caratteristiche.

4. Androgino può essere molto ampio

Il concetto di “androgino” di una società può essere ristretto. Ad esempio, spesso si usa come esempio di androgino una persona bianca, magra, pallida, con i capelli corti, lineamenti delicati, alta, che indossa vestiti maschili, senza barba e senza seno.

Questo è uno dei modi più socialmente accettati di essere androgini. Tuttavia, l’androginità può essere molto di più. Perché non avere la barba e il reggiseno imbottito? Perché non avere i capelli lunghi e niente curve? Perché non avere persone nere, o grasse, ogni tanto? Perché non combinare capi maschili e femminili in modi inusuali? Perché non indossare così tanti piercing da sembrare un alieno? Perché non togliersi genitali e capezzoli? Perché non indossare vestiti maschili e trucco femminile? Le possibilità sono infinite.

5. Il genere non è l’unica cosa importante

Il genere non deve essere l’aspetto più interessante di un personaggio non binario o transgender. Soprattutto, non dev’essere l’unica cosa che il lettore ricorda! Diamo ruoli nella storia, interessi, particolarità, rilevanza e unicità ai nostri personaggi transgender.

Non solo rende la storia migliore, ma è una forma di rappresentazione più effettiva.

6. Neopronomi

In Inglese, alcune persone usano pronomi alternativi a she, he o they. I neopronomi possono essere interessanti, ma anche creare difficoltà per chi li legge.

In alcune storie, come quelle ambientate in mondi fantasy, è comune aspettarsi che il lettore impari nuovi termini e nomi, quindi non penso che i neo-pronomi siano fuori luogo. In un contesto, invece, in cui si vuole più immediatezza, potrebbe essere preferibile evitarli.

Bisogna ricordarsi che non tutte le persone non binarie usano pronomi neutri, in particolare il they singolare. Ci sono persone non binarie che scelgono di usare pronomi maschili, o femminili, o di alternare tra diversi generi grammaticali. Questo può dipendere dalla identità di genere particolare di una persona, ma anche da considerazioni di carattere pratico, o dal contesto in cui il personaggio è inserito.

7. Non concentrare la storia sul corpo e sul passato

Il passato pre-transizione può essere un luogo doloroso, in cui non è ideale soffermarsi. Concentrarsi troppo sulla sofferenza di una persona trans può creare una forma di pornografia del dolore da evitare, specialmente quando non si è personalmente vicini all’esperienza di cui si parla.

Anche insistere su un concetto di “prima era, adesso è” non è il meglio. Molte persone non considerano di aver cambiato genere, ma di essere passate dal nascondere la propria identità di genere ad affermarla.

Ancora, raramente una persona non binaria vuole concentrarsi sul suo corpo, o che gli altri si concentrino su di esso. Soprattutto, non si vuole essere definiti da esso. Potrebbe essere meglio non nominare affatto le caratteristiche sessuali della persona, soprattutto quelle non rilevanti.

Risorse

<https://www.scottishbooktrust.com/articles/6-tips-for-writing-genderqueer-and-nonbinary-characters>

<https://allwritealright.com/how-to-create-nonbinary-characters/>

<https://catapult.co/dont-write-alone/stories/writing-nonbinary-characters-how-to-write-nonbinary-and-trans-characters-rey-katz>

<https://www.quora.com/How-should-I-write-my-character-who-is-non-binary>

<https://www.quora.com/How-does-life-feel-like-for-someone-that-is-gender-non-binary>

<https://www.dnbryn.com/2020/01/04/how-to-write-non-binary-characters-a-three-part-guide-for-writing-characters-with-non-binary-genders/>

<https://www.dnbryn.com/2020/01/11/how-to-write-non-binary-characters-part-ii/>

<https://www.dnbryn.com/2020/01/18/how-to-write-non-binary-characters-part-iii/>

<https://owlcation.com/humanities/Writing-Non-Binary-Characters-A-Very-General-How-To>