

A női homoszexualitás megértése

Mélylélektani megközelítés

A női homoszexualitás sokrétű jelenség. Senki sem születik lesbikusnak. Az érintett nők számára a homoszexuális vágy gyakran olyan, mintha lelkük mélyében gyökerezne. De mi rejlik a háttérben? E tanulmány ösvényt akar vágni a lesbikus érzelmek megértése felé. A bemutatott szakmai tények nem igazak minden homoszexuális érzelmű nőre, de sokakra igen.

EGY TEREPAUTA TAPASZTALATAI

Elaine V. Siegel, a női homoszexualitás kezelésében nagy tapasztalattal rendelkező pszichoterapeuta a *Weibliche Homosexualität* (Női homoszexualitás) című könyvében készített mérleget.¹

Egy amerikai egyetem lesbikus központja megkérte Siegel asszonyt, hogy ajánljon fel terápiát azoknak a nőknek, akik kapcsolatban állnak velük. Rövid időn belül lesbikusán élő nők egész sora jelentkezett nála. Esetükben félelmekről és kapcsolati problémákról volt szó, nem arról, hogy megkérdőjelezzék lesbikus életmódjukat. A nőkkel való őszinte találkozás során Siegel olyasmire bukkant, amit nem várt: az élettörténetek sok közös jellemzőjére, olyan belső szükségletre, mely a lesbikus életmódot idealizálja a heteroszexuálissal szemben, és súlyos belső szenvedésre, amelyet látszólag a környezet okozott, valójában azonban mély, megoldatlan belső pszichés konfliktusokra utalt.

A Siegel által kezelt nőknek több mint a fele heteroszexuális lett. Ezt a heteroszexuálissá válást a lesbikus központ vezetése úgy értelmezte, mint Siegel „árulását a nővérek ellen”. Attól fogva a központ nem utalt hozzá több páciens.

Siegel azt írja e nőkről: „Mint más kliensek esetében is, elsősorban nem az volt a célom, hogy »meggyógyítsam« őket, vagy lebeszéljem őket az életmódjukról; a munkám az volt, hogy odafigyeljek rájuk, és érzelmileg jelen legyek számukra. Noha sohasem értelmeztem betegségként a homoszexualitást, a nőknek több mint a fele teljesen heteroszexuális lett. (...)

Idővel a nehézségeiket fejlődési zavarként fogtam fel, amely kizárta a heteroszexuális tárgyválasztást. (...) De liberális és szabad nő voltam; nem árultam-e el mindazt, amiben akkoriban hittem, amikor a homoszexualitást egy nem normális fejlődés eredményeként definiáltam? De amikor klienseimet a pszichoanalízis elméleti és gyakorlati ismeretével a háttérben megvizsgáltam, hamar felismertem: nem szabad engednem a csábításnak, hogy a női homoszexualitást normális életmódnak tekintsem. Ez a szemléletmód a pácienseimnél és nálam is olyan merev formában rögzült volna, hogy mindennemű változást kizárt volna. (...)

Egyesek azt állítják, hogy a homoszexualitást »normalizálni« kell. Néhány évig én is így gondoltam, amíg az itt [a könyvében] bemutatott kliensek nem tanítottak másra.”²

Elaine Siegel az 1980-as években írta könyvét. Ma a *politikai korrektség* sokkal erősebb nyomást gyakorol a terapeutákra és az érintetteknek, mint akkoriban. Azoknak a nőknek és férfiaknak, akik homoszexuális érzéseik okait keresik, és szeretnének heteroszexuálisok lenni, nehezebb dolguk van. De ami a szakmai vitát illeti: az alábbiakban összegyűjtött információkat eddig senki nem cáfolta meg.³

¹ Siegel, E.: *Weibliche Homosexualität*. München, 1992, Verlag E. Reinhardt; eredeti kiadás: *Female Homosexuality*, 1988, Analytic Press, részben az angol eredetiből idézve. ■ ² Siegel, E.: *Weibliche Homosexualität*, i. m. 21 sk. ■ ³ Lásd még Moberly, E.: *Homosexuality – a new Christian ethic*. Cambridge, 1983, James Clarke and Co.; NARTH: *Female Homosexual Development*; Siegel, E.: *Weibliche Homosexualität*. i. m.; Hallman, J.: *The Heart of Female Same-Sex Attraction*. Downers Grove, Illinois, 2008, InterVarsity Press.

Számos kutatás és terápiás tapasztalat utal arra, hogy a homoszexuális érzelmek egy tünetet jelentenek, melynek gyökerei a gyermekkorban keresendőek. Mélylélektani szempontból a homoszexualitásnak a következőkhöz van köze: az anyával való összekapcsolódás kiélégíthetetlen szükségletéhez, a saját női identitás kereséséhez és a másik nem közelségétől való félelemhez.

Kialakulásában az anyához kötődés⁴ kora gyermekkori elvesztése és más, különböző kapcsolati sérülések játsszák a központi szerepet. Olyan biológiai tényezők is gyakran társulnak ehhez, mint a gyermek születéstől fogva meglévő nagy érzékenysége. Szexuális visszaélés is szerepet játszhat. Végeredményben a lány mélységes bizonytalanságához, belső összezavarodottságához vezet arra nézve, miből is áll a szelfje, magidentitása, női identitása. A homoszexuális vágyban – például lehetőleg összeolvadni egy másik nővel – tudattalanul azoknak a fájdalmaknak a hárítása jut kifejezésre, amelyek az ilyen mélyreható szelfbizonytalanság eredményei.

Mivel a homoszexuális érzelmű nők gyermekkorukban nem azonosulhattak az anyával, és később sem tapasztalhatták meg nőiségük pozitív tükrözését, nem fejleszthették ki teljesen női identitásukat. Ezért öntudatlanul „mély sebet” éreznek szelfjükben. Felnőttként partnernőjükben „hasonmást” keresnek, hogy ezt a sebet lehetőség szerint orvosolják: a homoszexuális érzelmű nőknek az az igényük, hogy saját, hiányosnak érzett identitásukat „meggyógyítsák”, míg más nőekkel keresik az összeolvadást.⁵ A homoszexualitás nem más, mint állandó „vigasztút”, melynek célja, hogy „saját nőiségüket más nők nőisége által tapasztalják meg”.⁶ Más nők nőiségét ilyenkor gyakran idealizálják.

Egy nő meséli: „Egy kis parasztudvarban nőttem fel. Az anyám mindig sokat dolgozott az udvaron. Amikor kicsi voltam, általában sokat hagyott magamra a járókában. Úgy tűnt, mint ha hozzászóltam volna az egyedülletéhez.

Volt egy bátyám és egy nővérem, de én lettem apám kedvence. Mindig nekem kellett betöltenem az ő érzelmi szükségleteit. Az anyám féltékeny volt a »különleges« kapcsolatra, amely az apámhoz fűzött.

Félig fiúként nőttem föl, és úgy tűnt, anyám helyesli ezt. Ő nem igazán volt gondoskodó. Nem emlékszem, hogy valaha is a karjában tartott vagy megvigasztalt volna. Nem hatott nőiesnek sem, és úgy vélem, nem szívesen volt nő. Azt vallotta, hogy a nők gyengék.

E belső úr, e belső feketelyuk átélése közepette szexuálisan zaklatott egy idősebb fiú. Akkoriban hétéves voltam. Eleinte jó érzés volt, de aztán a fiú megalázott és elutasított. Megfogadtam, hogy soha többé nem engedem bele magam kapcsolatba, gyűlöltem, hogy lány vagyok, és a nőiséget gyengeségnek tartottam.

Az egyetemen később volt egy barátnóm, aki gondoskodott rólam. Sírt, amikor szexuális erőszakomról hallott. A következő közeli barátnóm a karjában tartott és megvigasztalt, ha rosszul éreztem magam. Ő lesbikusan élt. És én? Én is lesbikus voltam? Csak annyit tudtam, hogy egész életemben ilyen kapcsolatra vágytam.”⁷

Mintegy dióhéjban foglalja össze e rövid életrajz azokat a családon belüli kapcsolati dinamikákat és sérüléseket, amelyek sok nőnél központi szerepet játszanak a homoszexuális érzelmek kialakulásában. Itt csak utalás történik a következőkre: a gyakori magára hagyottság miatt már korán károsodott az anyához való biztos kötődés, hiányzott az érzékeny reagálás a gyermek igényeire, akinek ebből következően mély bizonytalansága és nemlétérzése alakult ki. Az anyához kötő-

4 A „kötődés” és később a „biztos kötődés” és a „kötődési személy” fogalmak a kötődésemleletekből származnak. Lásd Grossmann, K. – Grossmann, K.: *Bindungen – das Gefüge psychischer Sicherheit*. 2004, Klett-Cotta. ■ 5 Siegel, E.: *Weibliche Homosexualität*, i. m. ■ 6 Dorpat, T. in Siegel, E.: *Weibliche Homosexualität*, i. m. 15. A kurzív rész a szerző kiemelése. ■ 7 J. Hallman előadásának kézírata alapján, 2002. Hallman előadásai megjelentek németül: http://www.dijg.de/weibliche_homosexualitaet0.html. Bowlby, J.: *Mutterliebe und kindliche Entwicklung*. München–Basel, 1995, Verlag E. Reinhardt, 11.

dés károsodása sok esetben árnyalatnyinak és kívülről észrevétlennek látszik, mégis a legerősebb váltóátállító a későbbi homoszexuális vágyak felé. Valószínűleg szexuális erőszak nélkül is úgy folytatódott volna a történet, ahogyan e nő ismertette. A szexuális erőszak járulékos támadás volt egy önértékelésében és identitásában már igen sérült kislány integritása ellen.

FEJLŐDÉS-LÉLEKTANI TÉNYEZŐK

A következőkben összefoglalt kutatási eredmények a legtöbb esetben felnőtt nők beszámolóin alapulnak. Gyakran, bár nem mindig, terápiás helyzetekből származnak. Ezek a nők mondják: Az jelentősen átalakította az életemet. Életem központi tapasztalatai azok. A legtöbbet akkor szenvedtem.

Ugyanakkor ebből nem következtethetünk előre felé, úgy, hogy minden gyerek, akinek hasonló gyermeki élményei vannak, később homoszexuális lesz. Ehhez túlságosan összetett a homoszexuális válás. Olyan kapcsolati történet, amelyben a gyerek is aktív szerepet játszik. Ha például a testvéreket kérdezzük, gyakran egészen másképp élték át ugyanazt a családi helyzetet. Egy bizonyos szituáció az egyik gyereket félelemmel tölti el, a másikat nem. Egy lelkileg erőteljesebb gyermek néha könnyebben feldolgozza ugyanazt, mint egy érzékeny, aki fogékony a kapcsolati irritációra. Attól is függ tehát, hogy bizonyos helyzeteket miképp érzékel, dolgoz fel, internalizál egy gyermek, milyen következtetéseket von le belőlük, esetleg milyen döntéseket hoz.

Ha egy gyerek kötődési károsodást és más kapcsolati sérüléseket él át, ez nem jelenti azt, hogy a szülei ne szerették volna. A legtöbb esetben a szülők szeretik a gyerekeket – amennyire tőlük telik. De összetett okokból a szülők és a gyermek érzelmileg „elszalasztják” egymást, mégpedig úgy, hogy a kislány már nagyon korán mély belső elhagyatottságot érez.

Nem minden kora gyermekkori megoldatlan kapcsolati probléma vezet homoszexualitáshoz, de gyakran vannak egyéb következményeik: krónikus depressziók, szorongások, fogékonyság a

függőségekre, alacsony önértékelés, általános kapcsolati problémák, promiszkuitás stb. Ezek a homoszexuálisan élőknél gyakrabban megtalálhatók, mint az átlaglakosságban. A homoszexuális vágyak és magatartás csak további lehetséges következmények.

A legfontosabb fejlődés-lélektani tényezőket foglaljuk össze az alábbiakban. Nem mind bizonyul igaznak mindig és minden nőre.

1. *Az anyához való kora gyermeki kötődés károsodása (magidentitás): „Anya nem mutatta meg nekem, ki vagyok én.”*
2. *Nincs azonosulás az anyával (nemi identitás): „Anya és amit képvisel, nem fontos.”*
3. *Kapcsolat az apával: „Apa kis segítője.”*
4. *Nincsenek lánybarátságok: „Nem tartozom hozzájuk.”*
5. *Szexuális erőszak: „Nem jó lánynak lenni.”*

Ezek a homoszexuális érzelmű nők élettörténetében mindig visszatérő tényezők számos egyéni összetevőből állnak, amelyek minden nő esetében másképp jelentkeznek és egymásra is hatnak.

A TÉNYEZŐK RÉSZLETESEN

1. *Az anyához való kora gyermeki kötődés károsodása (magidentitás): „Anya nem mutatta meg nekem, ki vagyok én.”*

Az ember későbbi lelki egészsége szempontjából döntő, „hogy mind csecsemőként, mind kisgyermekként olyan meleg, bensőséges és állandó kapcsolata legyen az anyával (vagy egy állandó anyapótló személlyel), amely mindkettejük számára kielégítő és élvezetes.”⁸ Egy másik személyhez fűződő állandó, biztonságot jelentő kapcsolatban tud növekedni a gyermek szelfje, magselfje, és így identitása: az én a te-ben keletkezik. A gyermek szelfje mindig kapcsolati szelf. A lét mindig kapcsolatban való lét. Nincs bensőségesebb viszony két ember között, mint az anya és a gyermek közti – a születés előtt és még utána is hosszú ideig. Amit ekkor fogad be tapasztalatként a gyermek, azt egész testével fogadja magába.

8 Bowlby, J.: *Mutterliebe und kindliche Entwicklung*. München–Basel, 1995, Verlag E. Reinhardt, 11.

Az anya feladata, hogy a gyermeknek ott-hont adjon: védeltséget, érintést, biztonságot, összetartozást. Ha a lány oldott lehet ebben az otthonban, akkor bontakozhat ki női szelfje *a kapcsolatban*: „Megérintenek – jelen vagyok.” Egy ilyen kibontakozáshoz az anya és a gyermek közötti kölcsönös oldottság harmonikus táncára van szükség. Különösen a nőiség kibontakozásához tartozik hozzá a nyugalom és az oldottság. Az anyával való összetartozásban veszi át a gyermek az alapvető „igent a létezésre”,⁹ a jóllétet: „Anyám jó hozzám. Szeret és elfogad. Ezért én magam is jó vagyok.” – Amit az anya nagyra értékelése *ad*, azt fogadja be a gyermek, aki így otthont tud kialakítani *önmagában*.

A gyermek első kapcsolata minden további kapcsolatának alapja. Itt tanulja meg az alapvető kapcsolati kompetenciákat – vagy nem tanulja meg. Ősbizalmat tanul – vagy ősbizalmatlanságot. Ezért nem lehet elég nagyra becsülni az anyával való kapcsolat hatását a lány önértékelésére és identitásfejlődésére. Ennek az „őskapcsolatnak” a korai károsodása és az ezzel összekapcsolódó mélységes elbizonytalanodás a szelfben és a kislány fejlődésében sok felnőtt homoszexuális nő életét meghatározza.

Számtalan változatban fejezik ki a homoszexuális érzelmű nők, hogy mit keresnek a homoszexualitásban:

„A leszbikuságban nem a szexről volt szó. Nem akartam mást, csak összekapcsolódást, mély érzelmi összekapcsolódást. Akartam valakit, aki kiegészítene. (...) A szexuális viszony csak később jött...”¹⁰

„Mindig, amikor a barátnőm mellett feküdtem, kerestem valamit a szemében: Önmagam kerestem, ki vagyok én – és biztonságot is, biztonságot és védeltséget, amit anyámtól soha nem kaphattam meg.”¹¹

„Amikor mellettem feküdt: puhán, élettelen és melegen, amilyen csak egy nő lehet – ó, anyám, mikor térhetek haza?”¹²

Egy gyermek lelki fejlődése szempontjából kiemelkedő jelentőségű szülői szenzitív gondoskodása.¹³ A szenzitivitás a kötődéskutatás szak kifejezése, és azt jelenti, hogy a felnőtt a gyermek érzéseit és magérzelmeit (harag, félelem, szomorúság, öröm) észleli, helyesen értelmezi, visszatükrözi, valamint megfelelően és azonnal reagál rájuk. Ilyen visszatükrözés nélkül a gyermek magidentitása csak hiányosan fejlődik ki.

A gyermek igényeinek szenzitív szülői elfogadása egész gyermekkorban fontos. Hogy miképp nézhet ki a hiányzó szenzitivitás egy nagyobbacska gyereknél, megmutatja a következő jelenet: „Egy körülbelül nyolcéves kislány és anyukája éppen hosszabb vonatútba kezdett. Az anya élénken beszélgetett a mellette ülővel, az egyik barátnőjével. A kislány kissé izgatott volt, és örömteli lelkesedéssel, hangosan kiáltott oda valamit az anyjának úti várakozásairól. Az anya ráripakodott: »Ne kiáltás így rám!« – A kislány elcsendesedett, és visszavonult a vonatkocsi leghátsó sarkába. Úgy tűnt, ismeri az ilyen helyzeteket. Ott babrált az ülésgombokon, és csak akkor ment vissza, amikor megnyugodott. Az anya még mindig élénken beszélgetett a szomszédjával.”¹⁴

Egészen nyilvánvaló, hogy a lány a gombbábbrálással próbálta meg kontrollálni az érzéseit (düh, szomorúság, fájdalom). Csak azután tért vissza az anyjához. Hogy megvédje magát a további sérüléstől, kivonta magát az anyához való kötődésből. Az anya feladata az lett volna, hogy észrevegye ezt, és a kötődést szeretettel helyreállítsa. Ahol megszakad a kötődés, és ez a hétköznapi életben újra és újra megtörténik, a felnőtt feladata, hogy addig próbáljon beleérzően közeledni a gyermekhez, míg helyre nem áll a kötelék. De ez az anya egyáltalán nem vette észre a kötődés károsodását.

Szülői szenzitivitása nélkül a gyermek kapcsolati szempontból elhagyatottságban él: „Nem vesznek észre. Nem értékelik az érzéseimet –

9 Buber, M.: *Urdistanz und Beziehung*, Heidelberg, 1978, Verlag Lambert Schneider, 37. ■ 10 Hallman, J.: *Weibliche Homosexualität: Ursachen und Symptome*. http://www.dijg.de/fileadmin/dijg-uploads/pdf/bulletin_s_2003_hallman_ursachen1.pdf ■ 11 Egy érintett nő közleménye egy fórumon Lambethben (1998. július 29.). ■ 12 Kliens, in: Siegel, E.: *Weibliche Homosexualität*, i. m. 10. ■ 13 Grossmann, K. et al.: *Bindungen...*, i. m. 67. ■ 14 Találkozás az írónővel egy vonatúton.

nem értékelnek *engem*. Az anyám nem érti meg az érzéseimet. Biztos nem is jók, különben az anyám megértené őket – *én nem vagyok jó.*”

A gyermek kezdi szégyellni magát az érzései és igényei (a megértettségre, vizsgáltásra, községre, biztonságra stb.) miatt. Kezdi ön magát szégyellni.

Visszatükröző *te* nélkül nem létezik *én*, a gyermek nem lehet biztos magában. Egy kisgyerek számára nagy trauma a kötődési rendszer zavara, elsősorban az anyához való kötődés károsodása. A legfontosabb eszköz, amely biztos kötődést tesz lehetővé, ha az anya szenzitíven elfogadja gyermekét. Ez összetartozást és biztonságot hoz létre.

A homoszexuális nők gyakran nagyon szégyellik igényeiket, mert ezeket gyerekkorukban alig vették észre vagy alig értékelték. Kisgyermekként, gyakran már csecsemőként szülei szenzitivitásának alapvető hiányától szenvedtek. Mély szelf-elbizonytalanodásuk mutatkozik meg a terápia során, amikor ilyen kérdésekre: „Ki vagy te?”, „Mit akarsz?”, így válaszolnak: „Nem tudom.”

Felnőttkorban a csillapítatlan gyerekkori igény (hogy vegye észre őket egy gondoskodó-oda forduló anya) erotikus alakban bukkan fel. Egy érintett nő ezt így fejezi ki: „Amikor találkozom egy nővel, aki iránt vonzalmat érzek, az olyan, mintha valami azt mondaná bennem: »Akarsz a mamám lenni?« Ellenállhatatlan, heves és ugyanakkor gyámoltalan érzés. Hirtelen kicsinek érzem magam. Szeretném, ha észrevenne, szeretnék számára rendkívüli lenni – és ez betölti minden gondolatomat.”¹⁵

A kötődés károsodásának okai

Az anyához való kötődés károsodása és más kapcsolati sérülések az értéktelenség, az önelutasítás érzéséhez és saját léte szégyelléséhez vezethetnek a lánynál. Az ilyen sérülések okai a következők lehetnek:¹⁶

- Az anya terhesség alatti stresszállapotai, amelyek átvivődnek a kislányra, és ez krónikus feszültséghez és távolságérzéshez vezet.
- A gyermek tudatos vagy tudattalan elutasítása; a kislány elutasítása, mert az anya fiút szeretett volna.
- Elválás az anyától adoptálás, válás, az anya halála vagy az anya, illetve a gyermek rosszabb betegsége miatt.
- Ha egy csecsemőnek vagy kisgyermeknek újra és újra egy depresszív, zárkózott anya szomorú szemébe kell néznie, elvágva érzi magát az élettől. Vizsgálatok bizonyítják az összefüggést a későbbi homoszexualitás és aközött, hogy a lány csecsemő- vagy gyermekkorában az anyja depresszióban szenvedett. Egy vizsgálat arra a végeredményre jutott: „A lányoknak alig állt módjukban, hogy érzelmileg kötődjenek az anyjukhoz. Némelyeknél az volt a benyomásunk, hogy soha nem azonosultak az anyával, másoknál az, hogy aktívan szakadtak el tőle, mert gyengének, alkalmatlannak vagy gyámoltalannak látták. Sokuk anyja leértékelte saját teljesítményét, és megvetette a női nemi szerepet.” A tanulmánybéli anyák némelyike gyermekkorában súlyos szexuális visszaélés áldozatául esett. Lányaiknak öntudatlanul továbbadták, hogy nőnek lenni azt jelenti: nincs oltalom. A bizalom érzését vagy a büszkeséget arra, hogy nők, nem tudták közvetíteni lányaik felé.¹⁷
- Érzelmi törekenység, nagy kiszolgáltatottság-érzés vagy az anya más okokra visszavezethető túlterheltsége éppen a kislány identitásának kialakulására nézve döntő első éveiben. Emögött az anya életének traumái húzódnak meg, megromlott házasság, problémák más gyerekekkel vagy egyéb stressztényezők. Ezek ahhoz vezethetnek, hogy az anya bezárkózik, és lánya számára nem érhető el többé érzelmileg. Mivel az ilyen tényezők megváltozhatnak, nehéz egy felnőtt homo-

15 Sigler-Smalz, A.: *Understanding the lesbian client*: http://www.dijg.de/fileadmin/dijg-uploads/pdf/bulletin_2_2001_sigler_en.pdf. Németül: Sigler-Smalz, A.: *Die lesbische Frau verstehen, die Hilfe sucht, siehe*: http://www.dijg.de/weibliche_homosexualitaet0.html ■ 16 Ezeket az okokat nevezik meg tanulmányok és jelentések a női homoszexualitással összefüggésben. ■ 17 Zucker, K. et al.: *Gender Identity Disorder and Psychosexual Problems in Children and Adolescents*. New York, 1995, Guilford, 252 sk.

szexuális nő anyjáról a fiatal, túlterhelt anyára következtetni, és megállapítani, miket élt át a lánya gyerekkorában.

- Gyakran számolnak be homoszexuális érzelmű nők arról, hogy gyermekként úgy érezték, anyjuk érzelmileg cserbenhagyta őket, vagy az volt az érzésük, hogy nekik kellene gondoskodniuk az anyjukról, ők felelősek azért, hogy jól érezze magát. Nekik kellett kielégíteniük az anya szükségleteit, és nem fordítva. Az anya érzelmi kiszolgáltatottsága szintén azzal a következménnyel járhat, hogy az anya csak akkor viseli el a gyermeket, ha „kedves és jól viselkedik”. Egy homoszexuális érzelmű nő számolt be arról, hogy anyja gyermekként rendszeresen kiküldte játszani, mert nem tudta elviselni a házban a „rendetlenséget”.
- Az anyának kevésbé fejlődött ki az a képessége, hogy kötődést tudjon kínálni, mert neki sem volt része ebben.
- A kötődés károsodása ahhoz vezethet, hogy a lány az anyjához fűződő kapcsolatában már semmit sem érez. Azok a homoszexuális nők, akiknek az anyja nagyon zárkózott volt, gyerekkorukban gyakran érezték az anyjukat „üresnek”, „puszta buroknak”, „kötelességtudónak”, de „képtelennek” arra, hogy érzelmileg megnyílják számukra.

Néhány anya önmaga meghosszabbításának tekintette lányát, és csak kevésbé tudta támogatni abban a folyamatban, hogy önálló, tőle független személy legyen. Továbbá arról számolnak be homoszexuális nők, hogy gyermekként gyakran nem tudtak különbséget tenni a maguk és anyjuk érzései között.

Amikor az anyák (vagy apák) saját szükségleteiket felcserélték a gyerekéivel, azok kielégítenek maradtak.

2. Nincs azonosulás az anyával (nemi identitás): „Anyá és amit képvisel, nem fontos.”

A csecsemőkor után erősebben tudatosan a lányban nemi identitásának kialakulása: *lány* vagyok. Az anya az első női lény, akiben a lány

látja, mi is nőnek, asszonynak, anyának lenni. Másképp, mint a fiú, akinek, hogy nemi identitása kialakuljon, el kell szakadnia az anyától, és az apához kell kapcsolódnia, a lány, hogy női identitása kifejlődjék, rá van utalva a tartós kötelékre az anyával.

A kötődés károsodása és a további sérülések oda vezetnek, hogy a lány belsőleg leszakad az anyáról. Homoszexuális nők mesélik, hogy gyakran radikálisan váltak le anyjukról, legtöbbször már az első, a nemi identitás kialakulása szempontjából fontos években.

A lány tudattalanul azt mondja magának: „Anyá és amit képvisel, tehát nőisége és anyasága nem fontos számomra. Megsértett engem, és csalódást okozott. Vele és azzal, amit képvisel, nem akarok többé foglalkozni. Nincs szükségem rá.” Ez a leválás a lélek védekező mechanizmusa a további sérülésekkel szemben. De a lány nagy árat fizet ezért: az anyát és annak nőiségét megtagadva elzárja az utat *saját* nőiségének és női létének kibontakozása elől. Az anya utáni vágyát elnyomja – de az később gyakran egy másik nő utáni erotikus vágyként bukkan fel ismét.

- Homoszexuális nők beszámolnak arról,
- hogy anyjuk saját női létét, nőiségét, anyaságát tudatosan vagy tudattalanul megvetette. A lány abban az érzésben nőtt fel, hogy nőnek lenni kevésbé értékes, és megvetette magát lányságáért.
- hogy a családban a férfitulajdonságokat alapvetően többre értékelték. A lány megtagadta nőiségét, mint vélt alacsonyabb rendűt.
- hogy otthon vagy a környezetükben olyan szigorúan rögzített elvek uralkodtak a nemi szerepekről, melyek a lányokat és asszonyokat korlátozták érdekeik és szabadságuk kibontakoztatásában.
- hogy megvetették, amikor az anya egyedül végzett minden házimunkát, és soha nem állt ki érdekeiért.

Egy egykor homoszexuális nő így írja le hatalmaskodó apját és depressziós, rendkívül passzív és alkoholbeteg anyját: „Gyűlöltem őt (az anyát), és gyűlöltem, amit benne láttam.” Később a férfias és erősnek ható nők iránt érzett

vonzalmat, akik ellentétei voltak annak, amit az anyja mellett átélt.¹⁸

Egy másik homoszexuális érzelmű nő vissza-tekintve úgy véli: „Anyámat mindig gyengének láttam; az apám erős volt, és karizmatikus személyiség. Emlékszem, hogy már egészen fiatal lányként azt gondoltam: »Ha megnövök, soha nem akarok olyan lenni, mint anya.« Még most is tudom, hogy eldöntöttem: úgy fogok viselkedni, mint a fivéreim és az apám, sőt, úgy is fogok kinézni. Az apámnak állása, munkája volt, és élte az életét. Az anyám csak otthon volt, és bálványozta őt. Anyám és én sohasem jelentetünk sokat egymás számára. Sosem értett meg igazán, és ma úgy gondolom, én sem próbáltam megérteni őt.”¹⁹

Felnőttként a homoszexuális nők gyakran ennek az ambivalenciának a foglyai: megvetik és leértékelik a nőit és az anyait, mint „nem fontos”, megtagadják – mégis mélyen vágynak rá.

3. Kapcsolat az apával: „Apa kis segítője.”

A szülők egymáshoz fűződő kapcsolata rendkívül fontos tényező abban a kérdésben, hogy el tudja-e fogadni magát egy lány női identitásában, és ki tud-e fejlődni benne a másik nemhez való odafordulás. Megtapasztalja-e, hogy anyja és apja megfelelő egyensúlyban van egymással? Ha az apa tiszteli, becsüli a feleségét, és szeretettel elfogadja, akkor a lánynak könnyebb átélnie, hogy őt is szeretik és megbecsülik.

Az apa fontos feladata, hogy a lányt támogassa önállósodásában. Segítenie kell neki abban, hogy önálló személy legyen, nőként értékesnek élje meg magát, adottságait kibontakoztassa, és határaitra is igent mondjon. Ez legjobban akkor sikerül, ha az apa érzékenyen, szeretettel és melegszívűen elfogadja kislányát, és nagyra becsüli a nőket. Ő az első férfimodell is a lány számára, akiben az azt látja, mit várhat később egy férfitől a szeretet és tisztelet terén.

Homoszexuális nők gyakrabban írják le apjukkal való kapcsolatukat negatívnak, mint a heteroszexuálisok. Szemükben az apjuk gyak-

ran volt önuralmát veszített, tekintélyelvű, agresszív, sértő, vagy pedig közönyös és érzelmileg elérhetetlen.

Homoszexuális nők arról is beszámolnak, hogy gyakran voltak apjuk kis segítői vagy kisinasai. Legtöbbször kutyaszorítóban érezték magukat: ha fenn akarták tartani a kapcsolatot az apával, mert szükségük volt rá, akkor *hozzá* és az ő világához kellett alkalmazkodniuk, és a saját érdekeiket háttérbe kellett szorítaniuk. Ha saját, inkább női érdeklődéseket alakítottak ki, akkor elveszítették a szoros kapcsolatot. Addigra már majdnem mindig hordoztak magukban bizonyos sérüléseket az anyjukhoz fűződő viszonyukban, és az apában „helyetteszt” kerestek. De az apa nem pótolhatja egyszerűen az anyát. A lány számára az anya azáltal identitásképző, hogy a kislány tükrözve látja magát a vele azonosban, az apa pedig azáltal, hogy tükrözve látja magát a tőle eltérőben. Ez felcserélhető, és ahol ezt mégis megpróbálják, a lány identitása összezavarodik.

Gyakran az apák öntudatlanul átvitték saját, férfiakra való elképzelésüket a lányukra. Vagy saját vágyaik meghosszabbítását látták benne. Lányuknak rendkívülivé kellett válnia, és ők voltak a *coach* (edző) – a lány valódi érdeklődési figyelmen kívül maradtak.

Ha az apa megveti a nőket, akkor a lánya, aki az ő értékítéletére van utalva, szintén meg fogja vetni nőiségét, és a férfiúihoz fog igazodni.

Ha hiányzik az apai védelem, akkor az a lánynál félelemhez, haraghoz, dühhöz vezethet, és saját nemének szégyelléséhez, mert nem tartották érdemesnek a szeretetteljes védelemre. Később a lány elkezd megvetni magát.

Az apa révén szerzett tapasztalatait a lány gyakran általánosítja. Félelem a férfiatól, és elutasításuk, gyűlöletük jellemezheti az életét.

Ha az apa tekintélyelvű, agresszív és bántalmazó, akkor lánya a tőle és később általában a férfiatól való félelemből visszavonulhat: „Egy férfin nem tudok megbízni.”

Ha az apa hatalmaskodó, lehet, hogy lánya szeretné megvédeni az anyját. Ha egy kislány

18 Interjú J. Boyer-val: One woman's struggle. NARTH Bulletin, August 1999. ■ 19 Nicolosi, J. és L.: Was ist Lesbianismus? http://www.djg.de/weibliche_homosexualitaet0.html

életében túltengenek az erőszakos, megoldatlan konfliktusok, bekövetkezhet az, ami a homoszexuális vágyakra gyakran érvényes: a nagymértékben felhalmozódott gyerekkori érzelmi hiány a felnőtt életben erotikus-szexuális igézzel kapcsolódik össze. A lány ilyenkor például olyan nőkkel való kapcsolatokba megy bele, akiknek segítségre van szükségük, és akiket szeretne megvédeni. Az ilyen, egy másik nőről való gondoskodás intenzív erotikus-szexuális színezetet kap, és ezzel a megoldatlan belső konfliktusok átmenetileg nyugvópontra jutnak.

De az is előfordulhat, hogy a lány, magát védendő, az agresszor, az apa oldalára áll – különösen, ha az anyát gyengének tapasztalta. Akkor megveti a női mivoltot, és soha nem akar olyan lenni, mint az anya, hanem az apával és hatalmával azonosul. Hogy (meg)védje magát, szeretne maga is fiú lenni. Ezek a lányok feltűnően gyakran vonulnak vissza gyermekkorukban olyan fantáziavilágba, amelyben hatalomról, agresszióról, önvédelemről van szó.

4. Nincsenek lánybarátságok: „Nem tartozom hozzájuk.”

A szoros barátságok más lányokkal támogatják a lány identitásának kialakulását. Mielőtt egy lány kapcsolatba bocsátkozhat a másik nemmel, sok évig arra van szüksége, hogy nőiségét a hozzá hasonló lányok tükrözzék. A lányok közti oldottabb és nyugodtabb légkör hozzásegíti a belső növekedéshez. A fiúkkal szerzett túl korai tapasztalatok ezzel szemben túlterhelőek: „A fiúk annyira másképp gondolkodnak – a lányok annyira hasonlóan, ez megkönnyebbülést jelent.” Csak akkor kész lelkileg a lány, hogy belebocsátkozzék egy érzelmileg intenzívebb kapcsolatba a másik nemmel, ha saját identitása már elért egy bizonyos stabilitást.

Kamaszokban gyakori, hogy a lányok napon-ta váltanak e-mailt, órákon át telefonálnak, és sok időt töltenek egymással. Ha ebben az időszakban nem sikerül kapcsolatot teremteniük a lányok világával, előfordul, hogy a „velem azo-

nosban tükröződés” utáni beteljesületlen vágy felnőttkorban erotikus formában tér vissza.

Lánybarátságok nélkül a magány, a nem együvé tartozás vagy az elutasítottság érzése alakulhat ki. Ha egy lány valódi érdeklődéssel fordul egy hagyományosan nem női foglalkozás, esetleg műszaki pálya felé, és környezete ezért elutasítja, előfordul, hogy a lány önmagát is elutasítja. Ahhoz, hogy pozitívan szemlélje magát és életét, adottsága valódi támogatására és ugyanakkor nőiségének értékelésére van szüksége.

5. Szexuális erőszak: „Nem jó lánynak lenni.”

A gyermek- vagy ifjúkori szexuális erőszak nem mindig vezet homoszexualitáshoz. Sok megerősített lány nem vált homoszexuálissá. Mégis, különböző tanulmányok azt mutatják, hogy körülbelül kétszer annyi homoszexuális nő élt át szexuális erőszakot, mint a heteroszexuálisak.²⁰

Egy lelkipogozónő így látja az összefüggést: „Ha egy nő erőszak áldozatául esik, ez ahhoz vezethet, hogy félni fog a férfiaktól és gyűlölni fogja őket. Aztán a mély vágy, hogy valakivel kapcsolatban éljen, arra indítja, hogy más nőkkel bocsátkozzék szoros (szexuális) viszonyba. Gyakran ezek a más nők hasonlóképpen sérültek.”²¹

A szexuális erőszak gyakran súlyos következményekkel jár azon a téren, hogy a lány értelmezni tudja önmagát: összezavarodottság az identitásában, a saját női identitás elutasítása: „Azért történt meg velem, mert lány vagyok, lánynak lenni nem jó”; büntudat és szégyenérzet; a másik nemtől való félelem; a másik nem gyűlölete; alacsony önértékelés; nagyobb gyógyszer-, drog- és alkoholviszacsélési kockázat; mások megbízhatóságának megfelelő értékelése lehetetlenné válik; kényszeres szexuális magatartás; a szeretetteljes odafordulás szextől való megkülönböztetése nem lehetséges.

Egy olyan lány, aki nőiségének már előzőleg is kevés megbecsülését és pozitív tükrözését tapasztalta meg, most lehet, hogy fiúként fog viselkedni és öltözni.

²⁰ Lásd Hallman, J.: *The Heart of Female Same-Sex Attraction*, i. m. 83. (A könyv jó bevezetés a témához.) ■ ²¹ Worthen, A. et al.: *Someone I Love Is Gay*. Downers Grove, Illinois, 1996, InterVarsity Press, 83. (Rövidített idézet).

A család férfitagja által elkövetett szexuális erőszaknak extrém mértékben romboló következményei lehetnek, mert egy gyermek kiszolgáltatott az ilyen kapcsolatban. De a szexualitásról szóló fölényeskedő beszéd a családban, vagy az a tény, hogy az apa vagy a fivérek bármikor a fürdőszobába léphetnek, amikor a lány ott tartózkodik, vagy a szexuális célozgatások a fejlődő lányra szintén olyan túlkapasok, amelyeknek gyakran hosszan tartó (ki)hatásai vannak.

Egy újabb tanulmány azt mutatja: gyermek- és ifjúkori *homoszexuális* erőszak, érthető módon, gyakrabban esett meg homoszexuális nőkkel, mint heteroszexuálisokkal. E lányok közül sokan csak az erőszak után mondták magukat homoszexuálisnak.²² A később homoszexuális érzelmű lányok domináns életérzése a magány és az anya utáni elfojtott vágy. Lehet, hogy ez teszi kiszolgáltatottabbá őket a homoszexuális erőszaknak. Egy nő mesélte: „Nem akartam szexet azzal az idősebb nővel. De olyan nagyon szükségem volt rá, hogy mindent megtettem, amit csak kívánt.”

A FELNŐTT NŐ

A vázolt kialakulási tényezők mind ugyanahhoz vezetnek: a felserdülő nő szelfjének mély sérüléséhez, és belső zűrzavarhoz arra nézve, ki is ő valójában. Serdülő- és felnőttkorban aztán kielégítetlen *érzelmi* szükségletei – egy anyai személlyel való kapcsolatra, ön(maga) értékelésre és a biztonságra, különösen pedig saját, kiteljesedett női identitásra – erotikus-szexuális érzésekkel kapcsolódnak össze. Számos női homoszexuális viszony középpontjában az erotikus-szexuális vágy áll: összeolvadni egy másik nővel.

A szexuális érintkezés révén kell „teljessé válnia” a hiányosnak érzett saját női identitásnak. A homoszexuális nő *saját* létét keresi a másik nőben. Szeretne „hózzáragadni” a másikhoz, néha legszívesebben belebújna a másik testébe. Az identitásúrt, amelyet érez, egy másik nővel történő „legerotikusabb feltankolásnak”²³ kell betöltenie. Azonban a szexuális magatartás és a másik személlyel való összeolvadás intenzív vá-

gya a nő szelfjének sérüléseit csak érzésteleníti, de nem gyógyítja meg.

1. Magány és elhagyatottságérzés

Sok homoszexuális nő életét jellemzi az elhagyatottság, az értéktelenség, a félelem, a magány érzése, és egy gyakran csillapíthatatlannak tűnő lelki éhség. Beteljesült női szelf helyett a homoszexuális nők gyakran belső ürességet éreznek; depresszív alaphangulatot, amely átjárja életüket. Ezek annak a csecsemőnek a felnőtt nőben tovább élő érzései, akinek el kellett szakadnia az anyától, élete forrásától. És egy nagyobb lány érzései is, akinek női identitása mélyen megszabódott.

2. Érzelmi függőség

Hogy egészen érezhesse magát és identitáshoz jusson, sok nő a homoszexuális érintkezésben szeretne összeolvadni a másikkal. A kapcsolatban ez érzelmi függőségként nyilvánul meg: a nő nem önmagában keresi létét, hanem a másikban. Nem magában keresi otthonát, hanem a másikban. Legszívesebben *a másik nőben* élne. Egy nő ezt így írja le: „Valamit kerestem a barátnőmben. De nem tudtam, mit, és nem is találtam meg. A legszívesebben a barátnőmhöz ragadtam volna, hogy kapcsolatunk révén növekedjen *saját* értékem.”

A *Lesbische Frauen in der Kirche* [Leszbikus nők az egyházban] című könyvben írja egy érintett nő: „Megpróbálok nagyon erősen fogódzkodni, kapaszkodni, és végtelen nehézséget okoz számomra az elengedés és a távolságtartás egy kapcsolatban vagy barátságban. Azt gondolom, hogy a kapcsolatokban még mindig az anyát keresem.”²⁴

Az érzelmi függőség nem a nagy szeretet kifejezése, hanem az egyedülléttől való félelem: „Nem élhetek, ha nélküled kell élnem.” Egy nő nyilatkozta a partnernőjéről: „Nem tudom, hogy élhetnék nélküle. Az életem olyan üres volt előtte. Most ő az életem.”²⁵

22 Tomeo, M. et al.: Comparative Data of Childhood and Adolescence Molestation in Heterosexual and Homosexual Persons. *Arch Sex Behavior*, 30, 3, 2001, 535–541. ■ 23 Siegel, E.: *Weibliche Homosexualität*, i. m. 39. ■ 24 Barz, M. et al.: *Lesbische Frauen in der Kirche*. Stuttgart, 1987, Kreuz-Verlag, 63. ■ 25 Sigler-Smalz, A.: *Understanding the lesbian client*, i. m.

Amikor érzelmi függőségről beszélünk, ezzel nem állítjuk, hogy a homoszexuális kapcsolatokban nem létezhet igazi barátság is. De a kapcsolat mélyén húzódnó dinamika arra utal, hogy végső soron egy kisgyermek tudattalan, csillapítatlan függésvágyáról van szó. *Andria Sigler-Smalz* szerint a leszbikus viszonyok belső hajtóereje a *hiány*: a női-anyai gondoskodás megtapasztalásának és a női identitás pozitív tükrözésének hiánya.²⁶

Andria Sigler-Smalz terapeuta, aki kiutat talált a maga számára a homoszexualitásból, s ma már férjnél van, saját tapasztalata alapján így jellemzi a leszbikus kapcsolatokat: „A ragasztóanyag», amely összetartja ezeket a viszonyokat, féltékenységből, túlzott birtoklászvágyból és különböző manipuláló magatartásmódokból áll. A kapcsolat idején a csúcok nagyon magasak és a konfliktusok extrémek. Túlzottan sok együtt töltött idő, nagyon gyakori telefonálgatás, ajándékozón, korai összeköltözés és közös kassza – ez csak néhány út, amelyen afelel haladnak, hogy a viszonyt semmi ne zavarhassa. Az egészséges kapcsolat ellentétét látjuk itt. Érzelmi függőséget és túlzott érzelmi behálózottságot.”²⁷

Az egészséges felnőtt kapcsolathoz hozzátartozik az adás és az elfogadás, a közelség és a távolság egyensúlya. Ha valaki mindig csak a közelségre törekszik, az nem annak a jele, hogy képes felnőtt kapcsolatra. Ám a csecsemő számára a távolság halált jelent – és ez az a mély félelem az elhagyatottságtól, amely a homoszexuális nők életét gyakran jellemzi.

Mindkét nő azt keresi a másikban, ami saját magának hiányzik, és amit a másik sem adhat meg: önnön identitását. Ahelyett, hogy *maguknál lennének*, a *partnerőben* élnek. Gyakran intenzíven gondoskodnak a másiról, hogy saját ürességüket ne kelljen érezniük. Alig ismerik az egészséges határokat. Önértékelésük és biztonságérzetük messzemenően a kapcsolattól függ. Ha ezt szétesés fenyegeti, akkor manipulációkat, kontrollt és erőt kell alkalmazniuk, hogy az észlelt „szelfvesztést” meg-

akadályozzák. Ez az egyik oka a leszbikus kapcsolatok gyakran magas erőszakmutatójának. A hiányzó védettséget erővel kompenzálják. Az elhagyatottságtól, ugyanakkor a bekebelezéstől való félelem, az erő és a kontroll utalnak a kapcsolatokban rejlő alaptémákra és alapkonfliktusokra.

3. „Kemény önelégültség”

Kapcsolati sérüléseik és az átélt erőszak miatt a homoszexuális nők már kora gyerekkorukban védőpáncélt fejlesztettek ki az ellen, hogy bármit is elfogadjanak. Hogy megóvják magukat a további sérülésektől, látszólag független magatartást vettek föl, amely később is jellemzi őket: „Senkire nincs szükségem.” Az eluralkodó védtelenségérzettel szemben hűvös racionalizmust építettek ki, mely azt az érzést nyújtja számukra, hogy mindent kézben tartanak.

A *Lesbian Psychologies* [Leszbikus pszichológiák] című könyvben szerepel egy leszbikusán élő nő, akinek az anyja depresszióban szenvedett, apja pedig a felesége és a lánya számára is megközelíthetetlen volt érzelmileg. A nő már gyermekként „kemény önelégültséget fejlesztett ki. Mivel az anyja (depressziója miatt) nem állt rendelkezésére, és túlságosan kiszolgáltatott is volt, szükségletei nem elégülhettek ki. Ahelyett, hogy anyja segítségével belsőleg stabil autonómiába nőtt volna bele, már korán hamis függetlenséget kellett kiépítenie, és néhány területen az apjával azonosulnia. Az önelégültség látszata mögött hihetetlenül gyengének és sérülékenynek érezte magát (felnőttként is), de ahhoz is, hogy ezt egyáltalán fölismerje, csaknem kétévi terápiára volt szüksége.”²⁸

A gyermekkorra az jellemző, hogy kapunk. A homoszexuális érzelmű nők gyakran arra kényszerültek gyerekkorukban, hogy felnőtt szerepet vegyenek fel. Ahelyett, hogy kaptak volna, *adniuk* kellett: az anyának, hogy kevesebb teher legyen rajta, és az apának, hogy továbbra is foglalkozzék velük. Olyan képességeket, tulajdonságokat kellett kifejleszteniük, mint például az

26 Uo. ■ 27 Uo. ■ 28 Burch, B.: Barriers to intimacy. In *Lesbian Psychologies*. Urbana, 1987, University of Illinois Press, 137.

erő, a segítőkészség, a függetlenség, amelyek a későbbiekben előnyükre szolgáltak. De e látászat mögött tovább él a kisgyermek, akinek sohasem elégteltek ki az elengedettségre és az érzelmi gondozottságra vonatkozó alapvető szükségletei. Ezek a homoszexuális kapcsolatban újra felbukkannak – gyakran csillapíthatatlan lelki éhségként.

Egy érintett nő így jellemzi a külső kompetencia és a belső rászorultság közti konfliktusát: „Amikor lesbikus kapcsolatban élek, úgy tűnik, mintha ketté lennék hasítva: Itt van a negyvenéves, kompetens nő. Mindenki azt gondolja, hogy bármit megcsinálok. De egy tizenhét hónapos kisgyermek lakik bennem, aki kétségbe van esve.”²⁹

4. Kezdet az élet közepén

Nemritkán megtörténik, hogy hosszabb ideje házasságban élő, gyermekes nők középkorúként homoszexuális életmódra váltanak. A kiváltó ok lehet egy érzelmileg üres házasság, a serdülő gyerekek okozta túlterheltség vagy sok egyéb. Az alapdinamika ugyanaz, mint más nőknél, csak hogy nekik lehetőségük volt érzelmi hiányaikat hosszabb időn keresztül kompenzálni. De nekik is „külső tápanyagra”³⁰ – egy másik nőre – van szükségük, hogy önértékelésüket megtámogassák.

5. A női és anyai rész lebecsülése

A további sérülésektől megóvándó magát a lány már nagyon korán és a legtöbbször radikálisan elfordult az anyától: „Anyá és amit képvisel, nem fontos számomra.” A lány elkezdte lebecsülni a nőit és anyait, sőt általában az összetartozás és a kapcsolatok jelentőségét is: „Ez csak amolyan női kacat.” Ez a nővel és anyáival, sőt minden egészséges elfogadni tudással szembeni magatartás jellemzi sok homoszexuális nő életét. De a női lebecsülése, az anyával szemben érzett gyűlölet és gyakran düh mögött az anyához fűződő kapcsolatra való elfojtott vágyakozás fájdalma rejlik.

6. Félelem a férfiatól, a férfiak gyűlölete

Tapasztalataik miatt a homoszexuális érzelmű nők nemritkán félelmet, mély haragot és gyűlöletet hordoznak magukban a férfiakkal szemben. Veszélyesnek élik meg a közeli kapcsolatot a férfiakkal. Terápiás tapasztalat, hogy a huzamosan lesbikus módon élő nők idegenkedése a heteroszexuális kapcsolattól idővel egyre erősebb lehet.

KIÚT A HOMOSZEXUALITÁSBÓL

Sok homoszexuális érzelmű nő keresi a másik nőben azt, amit magában nem tudott kifejleszteni: a saját nőiséget és a saját identitást.

Egy nő csak akkor találja meg identitását, ha közel jut *önmagához*. De ez egy homoszexuális nő számára rendkívül fájdalmas, mert érintkezésbe hozza sérülésével. A homoszexuális magatartás gyakran a saját identitás megszerzésének kísérlete *anélkül*, hogy az illetőnek közel kellene jutnia *önmagához*, vagyis *anélkül*, hogy mélységes szelfbizonytalansága és az ezzel együtt járó fájdalom megjelenne. Az intenzív erotikus-szexuális érzések és az, hogy állandóan „más nőnél van” *önmaga* helyett, a fájdalmas seb érzéstelenítőjeként hatnak. Megakadályozzák, hogy a nő megérezhesse *önmagát* és identitásának sebet. Gyakran emiatt választja öntudatlanul a homoszexualitást. Pszichodinamikailag tehát a homoszexualitásban a szelfbizonytalanságból eredő lelki fájdalom elleni védekezés jut kifejezésre.

A homoszexuális nők azért keresik a másik nőben saját létüket, hogy elkerüljék fájdalmas találkozásukat *ön*nön valóságukkal. De ez sohasem lehet autentikus. Ezért a homoszexuális magatartás egy ideig megkönnyebbülést hoz ugyan, de az identitást továbbra sem adja meg.

Az érett, stabil heteroszexualitás nem egyszerűen egy bizonyos szexuális magatartás, hiszen absztinenciában is kifejeződésként, hanem azt jelenti, hogy a nő megtalálta női identitását, és ebből az identitásból kiindulva él. Feltétele ezért az, hogy a nő kapcsolatban legyen *ön*-

²⁹ Hallman, J.: *The Heart of Female Same-Sex Attraction*, i. m. 104. ■ ³⁰ Siegel, E.: *Weibliche Homosexualität*, i. m. 39.

magával. Az igazi közelség másokhoz feltételezi az önmagához való közelséget. A homoszexuális nő is csak ezen az úton találhat, ha szeretne, érett heteroszexualitásra: közel kell jutnia önmagához és meg kell tanulnia érezni önmagát – csak így tudja (ki)fejleszteni identitását. Vagyis szembe kell néznie sebzettségével és annak következményeivel az életében. Csak *a fájdalom és gyázmunkán keresztül* adódhat igazi változás.

Ehhez egy nőnek erős motivációra, nagy bátorságra és kitartásra van szüksége. Valamint egy érzékeny kötődési személyre, női lelkigondozóra vagy terapeutára, aki gondoskodóan és megértően melléáll. Vele kell a határokat tiszteltben tartó, mégis valódi kapcsolatot kialakítania, hogy bizalommal fokozatosan megnyílhasson iránta. Ebben a kötődésben végre szembenézhet fájdalmával. Ez a kettő a lényeg: egészen kapcsolatba kerülni önmagával és ugyanakkor az érzékenyen ráhangolódott női kísérel is, aki szintén kapcsolatban áll önmagával. Csak ez az indirekt út létezik. A másokhoz – nőkhöz és férfiakhoz – való közelség alapfeltétele, hogy a nő érintkezésben álljon önmagával. Akkor tud baráti viszonyt kialakítani másokkal. Akkor nincsenek többé súlyos identitásbebek, amelyeket erotikus cselekedettel kellene megpróbálni orvosolni. Akkor végre szabad arra, hogy belebocsátkozzon a másik nemmel történnő valódi kiegészítésbe.

A terápiában és a lelkigondozásban többek között az alábbi témák kerülnek elő a heteroszexuálissá válni kívánó kliensnél: a nőkhöz és férfiakhoz fűződő egészséges, nem szexuális kapcsolatok begyakorlása; a közelség és távolság egyensúlyának begyakorlása; a biztonság megtapasztalása az „itt és most”-ban; szeretetteljes gondoskodás önmagáról; önmaga és élettörténetének elfogadása; a belső nyughatatlanságból nyugalomba jutás és az otthonra találás önmagában; foglalkozás az érzelmi függőséggel; szembenézés életsebeivel; gyázmunka; a saját női szelf igenlése adottságaival és korlátaival együtt.³¹

A terápiában sok technika alkalmazható, különösen a mélylélektanilag megalapozott, továbbá a trauma- vagy a kötődésorientált kezelések.

Ha egy nő megváltozott, mondja a tapasztalt terapeuta, *Janelle Hallman*, „otthonra lelt önmagában. Ha olyan szerencséje van, hogy ezt személyes istenhit összefüggésében találja meg, akkor tudja, hogy sohasem lesz egyedül. Megélheti nőiségét, és belső otthonából – anélkül, hogy nőktől (vagy férfaitól) függne – olyan kapcsolatot teremthet más nővel és férfakkal, amelyben az adni és elfogadni tudás egészséges egyensúlyban van. Ha ezt elérte, akkor valószínűleg többet ért el, mint néhány más nő, aki soha nem szenvedett homoszexualitásban.”³²

KITEKINTÉS

A női homoszexualitás összetett kapcsolati történés eredménye és gyakran mélységesen bizonytalan identitás kifejeződése. De sok más nő is átélte, legalábbis csírájában, a homoszexualitás (ki)alakulására jellemző fejlődéslelektani tényezők fent megnevezett egyes összetevőit. Innen nézve a női homoszexualitás nem feltétlenül különleges dolog. Csupán egy lehetőség, hogy homoszexuális fantáziák és magatartás révén átmenetileg védekezzünk a gyermekkorból származó mélységes fájdalom ellen.

Az a probléma, hogy társadalmunkban ezt az összefüggést a *coming out* (előlépés, azaz felvállalás) felkínálása révén elleplezik. Egy látszólag adott „leszbikus identitás” elfogadásával akadály gördül az elé, hogy a nők szembenézhessenek életük összetett sérüléseivel. Ezáltal a szükséges gyázmunka ütközik akadályba, *amelynek révén* egyedül lehetséges igazi változás egy teljes női szelf és egy stabil, érett heteroszexualitás irányába.

1. A serdülő lány

Legitim a lánynak az a vágya, hogy más lányokkal közelséget éljen át, biztonságot és azt az érzést, hogy különleges valaki számára. De mivel társa-

31 Hallman, J.: *The Heart of Female Same-Sex Attraction*, i. m. ■ 32 Némileg lerövidítve. Hallman-Burleson, J.: *Weibliche Homosexualität – Schritte der Veränderung*: http://www.dijg.de/fileadmin/dijg-uploads/pdf/bulletin_s_2003_hallman_veraenderung3.pdf

dalmunk állandóan felcseréli az érzelmi közelséget és az identitásszükségletet a szexszel, a fiatal emberek elcsábulnak, hogy szexuálisan kísérletezzenek, és ahhoz ragaszkodjanak, ami éppen jobb érzés. Aztán megtörténhet, hogy a lány, aki még éppen csak serdül, „leszbikusnak” mondja magát. Ez aztán fájdalmasan megzavarhatja vagy megállíthatja további heteroszexuális fejlődését.

2. Az identitás erősítése

A mély gyermekkori kapcsolati sérüléseknek különböző következményeik lehetnek. A női homoszexualitás csak az egyik ezek közül. Ha nincs is garancia, mégis sokat tehetünk társadalmilag és egyénileg is, hogy a gyerekeket jobban megóvjuk a lelki sérülésektől, és identitásuk kialakulásában erősebben támogassuk őket:

- Meg kell követelni a társadalomban és a munka világában mindenkitől, hogy járuljon hozzá egy állandó, biztos anya-gyerek kötődéshez, különösen az első három életévben.
- Szülői tréningprogramok a köztük és a gyermek közötti biztos kötődés elősegítésére.
- Szülői tréningprogramok a szentitívitás elősegítésére.
- A szexuális erőszak megelőzése.

Erik Erikson, az identitás fogalmának mértékadó megalkotója azt nyilatkozta, hogy az identitás növekedése sohasem fejeződik be. Mindig vannak lehetőségek, hogy szembenézzünk életünk kihívásaival, tovább fejlődjünk és növekedjünk. Mindig van remény.

Fordította: Sáli Erika

A tanulmányt a szerző szíves engedélyével közöljük. Forrás: <http://www.dijg.de/homosexualitaet/weibliche/tiefenpsychologische-entwicklung-lebensgeschichte/>

