

Női homoszexualitás mélypszichológiai szemszögből

Christl Ruth Vonholdt

A női homoszexualitás sokrétű jelenség. Senki nem születik lesbikusnak. Az érintett nők számára a homoszexuális vágy gyakran olyasvalami, ami a lelkük mélyére nyúlik vissza. De mi rejlik mögötte? A következő cikk a lesbikus érzés belső megértéséhez mutat utat. A bemutatott tények nem jellemzőek okvetlenül minden homoszexuális irányultságú nőre, de mégis sokakra közülük.

Egy terapeuta tapasztalatai

Elaine V. Siegel, a női homoszexualitás kezelése terén nagy tapasztalattal rendelkező pszichoterapeuta a *Weibliche Homosexualität* (Női homoszexualitás) című könyvében tárgyalja ezt a témát.¹

Egy amerikai egyetem lesbikus központja arra kérte Siegelt, hogy a központtal kapcsolatban álló nők számára kínáljon terápiás lehetőséget. Hamarosan egy sor lesbikusként élő nő jelentkezett nála. Ezek a nők félelmekkel, kapcsolati problémákkal keresték meg Siegelt, nem lesbikus életmódjukkal kapcsolatban.

A nőkkel való találkozás során Siegel azzal szembesült, hogy az élettörténetük nagy hasonlóságokat mutat, illetve, hogy fontos volt számukra, hogy a lesbikus életformát a heteroszexuális életformával szemben idealizálják. Ezen kívül találkozott súlyos belső szenvedéseikkel, melyeket - felületesen szemlélve - a környezettel való konfliktusok, valójában viszont sokkal inkább megoldatlan belső pszichés konfliktusok okoztak.

A kezelt nők több mint fele heteroszexuális lett. A lesbikus központ vezetősége Siegel szemére vetette, hogy „elárulta a testvéreit” és nem küldtek hozzá több klienst.

Siegel azt írja ezekről a nőkről: „Más paciensekhez hasonlóan nem az volt az elsődleges célom, hogy „meggyógyítsam” őket vagy lebeszéljem az életmódjukról; feladatomban állt, hogy meghallgassam őket, és érzelmileg jelen legyek.

Jóllehet a homoszexualitást soha nem értelmeztem betegségként, mégis ezen nők fele heteroszexuális lett.(...)

Az idő haladtával a nehézségeiket olyan fejlődési zavarként fogtam fel, melyek kizárták a heteroszexuális tárgyválasztást. (...) Mégis liberális, szabad gondolkodású nőként nem volt-e áruság az alapvető felfogásommal szemben az, hogy a homoszexualitást egy nem normális fejlődés eredményeként értelmezem? De amikor a pszichoanalitikus elmélet és gyakorlat szemszögből vizsgáltam klienseim esetét, hamarosan felismertem, hogy nem szabad hagynom magam becsapni, nem tekinthetem a női homoszexualitást normális életmódnak. Ez a nézet

¹ Siegel, E., *Weibliche Homosexualität*, München 1992; engl: *Female Homosexuality – Choice without volition*, Hillsdale 1988, részben eredeti angolból fordítva.

ugyanis olyan merev állapotba szorított volna be engem és a pácienseimet is, hogy abban minden változási lehetőség kizárt lett volna. (...)

Néhányan azt állítják, hogy a homoszexualitást „normalizálni” kellene. Ezen a véleményen voltam néhány évvel ezelőtt magam is, mindaddig, amíg az itt (a könyvében) bemutatott kliensek mást nem mutattak nekem.”²

Elaine Siegel a 80-as években írta meg a könyvét. Ma a *politikai korrektség* lényegesen nagyobb nyomást gyakorol a terapeutákra és az érintettekre, mint akkoriban. Azon nőknek és férfiaknak, akik a homoszexuális érzéseikre keresik a választ és a heteroszexualitás irányába tennének lépéseket, sokkal nehezebb dolguk van. De ami az e tárgyban folytatott vitát illeti, a következő részben összegyűjtött információkat ez idáig nem tudták cáfolni.³

A homoszexualitás mint tünet

Számos kutatás és terapeutikus tapasztalat utal arra, hogy a homoszexuális érzület valójában egy tünet, mely a gyermekkorban gyökerezik. Mélylélektani szempontból nézve a női homoszexualitás az anyához való kötődés utáni kielégítetlen szükséglettel, a saját női identitás keresésével és a másik nemhez való közelséggel kapcsolatos félelemmel áll összefüggésben.

A fejlődésben központi szerepet játszik az anyához való kötődés kora gyermekkori elvesztése⁴ és más kapcsolati sérülések. Hozzájárulhatnak biológiai tényezők, mint a gyermek veleszületett nagyfokú érzékenysége, vagy szexuális zaklatás is szerepet játszhat. Ezek hatására a lánygyermekben mély bizonytalanság és belső zavar alakul ki, hogy ki ő és mi a belső, női identitása. A homoszexuális vágyban – például, hogy nőként lehetőleg egy másik nővel olvadjon össze – a fájdalmakkal szembeni tudattalan védekezés jut kifejezésre, amelyek mélyre nyúló önbizonytalanságból erednek.

Mivel a homoszexuális irányultságú nők nem tudtak eléggé azonosulni az anyával, és mert később sem tapasztaltak meg pozitív női megerősítést, ezért nem tudták női identitásukat teljessé tenni. Legbelül, tudat alatt egy tátongó sebet éreznek. Felnőttként a partnerükben keresik hasonmásukat, amivel kitölthetik a sebet: A homoszexuális nők olyan módon próbálják „gyógyítani” saját, nem teljesnek érzékelt identitásukat, hogy keresik egy másik nővel az összeolvadás lehetőségét.⁵ A homoszexualitás „a másik nő nőiessége által a saját nőiség megtapasztalására” tett hiábavaló kísérlet.”⁶ A másik nő nőiességét eközben gyakran idealizálják.

Példa

Egy nő meséli: „Egy kis farmon nőttem fel. Édesanyámnak sosem volt rám ideje, amikor kicsi voltam, gyakran egyedül hagyott a járókában. Úgy tűnt, mintha hozzászoktam volna az egyedülléthez.

² Siegel, E., a.a.O., deutsch S. 21 f.

³ Lásd Moberly, E.,-t is, *Homosexuality – a new Christian ethic*, Cambridge 1983; *Female Homosexual Development*, hrsg. von NARTH; Siegel, E., a.a.O., Hallman, J., *The heart of female same-sex-attraction*, Downers Grove, IL, 2008.

⁴ A „kötődés” és (később) „biztos kötődés” és „kapcsolati személy” a kötődéseméletből származnak. Lásd: Grossmann, K. et al., *Bindungen – das Gefüge psychischer Sicherheit*, Stuttgart 2004.

⁵ Siegel, E. a.a.O. után.

⁶ Dorpat, T., in: Siegel, E., a.a.O., 15. o. kursíva hozzáfűzve.

Volt egy bátyám és egy nővérem, de én voltam apa kedvence. Mindenesetre én voltam az, aki apám érzelmi szükségleteit teljesíteni tudta. Édesanyám féltékeny volt a 'különleges' kapcsolatunkra.

Félig fiúként nőttem fel. Úgy tűnt, anyám támogatja ezt. Nem igazán volt gondoskodó, nem emlékszem, hogy valaha az ölébe vett volna, vigasztalt volna. Édesanyám nemigen volt nőies. Úgy vélem, nem szeretett nő lenni. Azt gondolta, a nők gyengék.

A belső üresség és sötét lyuk mellett egy idősebb fiú szexuálisan molesztált. Akkoriban hét éves voltam. Kezdetben jó érzést okozott nekem ez a fiú, de később megalázott és elutasított. Megesküdtem, hogy soha többé nem engedek közel magamhoz senkit. Gyűlöltem, hogy lány vagyok, és a női létet gyengeségnek tartottam.

Később, a főiskolán találkoztam egy lánnyal, aki kedves volt hozzám, törődött velem. Sírt, amikor elmeséltem neki, hogy erőszakoltak. A következő barátnőm a karjaiban tartott, és megvigasztalt, amikor szomorú voltam. Leszbikusként élt. És én? Én is leszbikus voltam? Csak annyit tudtam, hogy egész életemben egy ilyen kapcsolatra vágytam.⁷

Ez a rövid életrajz dióhéjban írja le azokat a családon belüli kapcsolati dinamikákat és sérüléseket, amelyek a homoszexuális érzések kialakulásában sok nő esetében központi szerepet játszanak. Itt csak felsejlik a gyakori magárahagyottság miatt az anyához való biztos kötődés korai elvesztése, a gyermek szükségleteire adott nem elég érzékeny anyai válasz, és az ebből eredő, gyermekre jellemző mély önbizonytalanság és a nem-létezés érzése. Az anya-gyermek kapcsolatban fellépő kötődésvesztés sok esetben rendkívül nehezen érzékelhető, de ennek ellenére a későbbi homoszexuális érzések sarokpontja. Valószínűleg a nemi erőszak nélkül is hasonló irányba ment volna a történet, mint ahogy ezt ez a nő leírta. A nemi erőszak egy további támadás volt az önértékelésében és önazonosságában már sérült lány integritása ellen.

Fejlődés-pszichológiai tényezők

Az alább összefoglalt kutatási eredmények a legtöbb esetben felnőtt nők beszámolóira alapulnak és nem mindig terápiás kezelés keretein belül fogalmazódtak meg. A nők maguk mondják: Ez az életemre meghatározóan hatott. Ezek életem legfontosabb tapasztalatai. Ettől szenvedtem leginkább.

Ebből viszont nem vonható le fordítva, hogy minden gyermek, akinek hasonló gyermekkori tapasztalatai vannak, később homoszexuális lesz. Ehhez a homoszexualitás jelensége túl összetett. Olyan kapcsolati tapasztalat ez, amelyben a gyermek aktív szerepet tölt be. Ha például testvéreket kérdezek meg, akkor ők hasonló családi helyzetre gyakran egészen másképp reagálnak. Az egyik gyermeknek egy bizonyos helyzet félelmet okoz, amíg a másiknak nem. Egy ellenállóbb természetű gyermek bizonyos történéseket könnyebben dolgoz fel, mint az, aki érzékenyen reagál kapcsolati zavarokra.

Tehát azon is múlik, hogyan érzékel, dolgoz fel, tesz magáévá egy gyermek bizonyos helyzeteket, milyen következtetéseket von le belőlük, és adott esetben milyen döntéseket hoz.

Az, hogy egy gyermek kötődésvesztést és más kapcsolati sérüléseket él meg, még nem jelenti, hogy a szülei ne szerették volna. A legtöbb esetben a szülők szeretik a gyermeket – amennyire

⁷ J. Hallman, előadás kézírata, 2002. J. Hallman előadásai német nyelven a <http://www.dijg.de/homosexualitaet/weibliche/> alatt jelent meg.

tőlük telik. De saját komplexusaik nem jól figyeltek a gyermekre, és így a lánygyermek már nagyon korán mély belső elhagyatottságnak volt kitéve.

Nem vezet minden gyermekkorban gyökerező megoldatlan kapcsolati probléma homoszexualitáshoz, de gyakran vannak olyan következményei, mint például: krónikus depresszió, félelmek, szenvedélybetegségekre való hajlam, önértékelési problémák, általános kapcsolati problémák, promiszkuitás és egyebek. Ezek a következmények gyakrabban fordulnak elő homoszexuális életformában élő embereknél, mint a lakosság többségénél. A homoszexuális vágy és viselkedés csak egy további, lehetséges következmény.

A legfontosabb fejlődépszichológiai tényezőket a következőképpen lehet összefoglalni:

1. *Kora gyermekkorban elszenvedett kötődésvesztés az anya és a gyermek között (saját identitás): Anya nem mutatta meg nekem, ki vagyok.*
2. *Az anyával való azonosulási hiány (nemi identitás): Anya és az, amit képvisel, nem fontos.*
3. *Kapcsolat az apával: Apa kis segítője*
4. *lánybarátságok hiánya: Nem tartozom oda*
5. *szexuális erőszak: lánynak lenni nem jó*

Ezek, a homoszexuális irányultságú nők élettörténetében újra és újra visszatérő tényezők számos összetevőből állnak, amelyek mindegyik nőnél másképpen néznek ki, és egymást kölcsönösen befolyásolják.

A tényezők részletezve

1. Korai gyermekkorban elszenvedett kötődésvesztés az anya és a gyermek között (saját identitás): az anya nem mutatta meg nekem, ki vagyok.

Egy ember későbbi lelki egészsége számára döntő, „hogyan csecsemőként és kisgyermekként is legyen tapasztalata meleg, intim, állandó kapcsolatáról (vagy egy tartósan jelenlévő anyát pótló személyről), egy – a mindkettő számára – kielégítő és örömet okozó kapcsolatáról.”⁸ Egy másik személlyel meglévő, állandó, biztonságot jelentő kötődésben növekedhet a gyermek, erősödhet önmaga megtapasztalása és ezáltal az identitása. Az Én a Te által jön létre. A lét mindig kapcsolatban fejeződik ki. Valószínűleg nem létezik két ember között bensőségesebb kapcsolat, mint az anya és a gyermek közötti, születéssel kezdődő és sokáig megmaradó kapcsolat. Amit a csecsemő ebben az időben tapasztalatként elsajátít, azt az egész testével magáévá teszi.

Az anya feladata az, hogy a gyermeknek otthont adjon: érintést, védeltséget, biztonságot, az odatartozás érzését. Ha a lány ebben az otthonban el tudja magát engedni, akkor a női bensője a kapcsolatban ki tud bontakozni: „Megérintenek – létezem.” Ehhez a kibontakozáshoz szükség van az anya és a gyermek között a kölcsönösen éreztetett ellazulás felszabadult táncára. Különösképpen a nőiesség kibontakozásához tartozik hozzá a nyugalom és az ellazulás. Az anyával való összekapcsoltságban sajátítja el a gyermek saját „létfogosultsága

⁸ Bowlby, J., *Mutterliebe und kindliche Entwicklung*, Basel 1995, S. 11.

igenlését”⁹, a jóérzést: „A mamám kedvel. Szeretnek, elfogadnak. Ezért magamnak is jó vagyok.” – Az anya mélyen értékelő odafordulását a gyermek magáévá teszi és ezáltal képes lesz arra, hogy majd saját magában teremtsen otthont.

A gyermek első kapcsolata alapja lesz minden további kapcsolatának. Itt tanulja meg az alapvető kapcsolati viszonyokat – vagy éppen nem tanulja meg azokat. Itt tanulja meg az alap bizalmat, vagy bizalmatlanságot. Ezért nem lehet eléggé értékelni az anyával meglévő kapcsolat jelentőségét a lány önbecsülése, illetve személyiségfejlődése szempontjából. Ennek az alapkapcsolatnak a koragyermekkorai sérülése és az ezzel együtt járó mély, én-ben **vagy** self-ben, valamint a lány fejlődésében végbemenő elbizonytalanodás sok felnőtt homoszexuális irányultságú nő életét determinálja.

A homoszexuális nők számos módon megfogalmazzák, hogy mit keresnek a homoszexualitásban:

„A leszbikusosság nem a szexről szól. Minden, amit akartam, csak kapcsolódás volt, mély érzelmi összekapcsolódás. Azt akartam, hogy legyen valakim, aki teljessé tesz. (...) A szexualitás csak később jött.”¹⁰

„Mindig, amikor a barátnőm mellett feküdtem, kerestem valamit a szemeiben: Saját magamat kerestem ott, ki vagyok – biztonságot kerestem, olyan biztonság, védettség után kutattam, amit édesanyámnál soha nem tapasztaltam meg.”¹¹

„Amikor mellettem feküdt: puhán, nőiesen és melegen, amilyen csak egy nő lehet – ó, anyukám, mikor térhetek haza”^{12!}”

Anyai beleérző képesség

A gyermek lelki fejlődésében rendkívüli jelentőséggel bír a szülők beleérző képessége.¹³ A beleérző képesség a kötődéskutatás szakkifejezése, és azt jelenti, hogy a felnőtt a gyerek legbelső érzéseit (harag, félelem, szomorúság, öröm) érzékeli, helyesen értelmezi, visszatükrözi és arra megfelelően, azonnal reagál. Megfelelő visszatükrözés nélkül a gyerek legbelső identitása nem tud tökéletesen kifejlődni. Az egész gyermekkor alatt fontos, hogy a szülők érzékenyen reagáljanak a gyerek szükségleteire. A következő jelenet bemutatja, hogyan nézhet ki egy kicsit nagyobb gyereknél az anya beleérző képességének a hiánya: „Egy nyolcéves lány és édesanyja éppen egy hosszabb vonatútra indultak. Az anyuka a mellette ülő barátnőjével beszélgetett. A lány izgatott volt és örömmel, lelkesen valamit odakiáltott az anyukájának. Az anya azonnal letorkolta: „Ne kiabálj így rám!” A kislány elhallgatott és a kocsis hátsó részébe húzódott. A helyzet nem volt ismeretlen számára. Ott babrált az ülésgombokkal. Az anyja folytatta a lelkes beszélgetést a másik nővel.”¹⁴

Eléggé nyilvánvaló volt, hogy a lány a gombok babrálásával igyekezett az érzéseit (harag, szomorúság, fájdalom) kontroll alatt tartani. Csak később tért vissza az édesanyjához. Hogy ne érje további sérülés, levált az anyával való kötődésből. Az anya dolga lett volna ezt észrevenni és szeretetteljesen helyreállítani a kötődést. Valahányszor a kötődés megsérül, és ez a hétköznapi kapcsolatokban újra és újra megtörténik, a felnőtt feladata, hogy a gyermekhez érzékenyen visszatérjen és kezdeményezze a kapcsolatfelvételt, míg a kapcsolódás helyreáll. Ez az anya sajnos egyáltalán nem észlelte a kapcsolódás sérülését.

⁹ Buber, M., *Urdistanz und Beziehung*, Heidelberg 1978, 37. o.

¹⁰ Hallman J., *Weibliche Homosexualität: Ursachen und Symptome*
<http://www.dijg.de/homosexualitaet/weibliche/ursachen-symptome/>

¹¹ Egy érintett nő beszámolója egy fórumon: Lambeth/England, 29.07.1998

¹² Kliens: Siegel, E., a.a.O., 10. o.

¹³ Grossmann, K., a.a.O. 67. o.

¹⁴ Találkozás a szerzőnővel egy vonatút során

A szülei érzékenysége hiányában a gyermek kapcsolati elhagyottságban él: „Nem vesznek észre. Nem becsülik az érzéseimet, nem értékelnék. Az anyám nem érti az érzéseimet. Nem is lehetnek az érzéseim jók, mert különben édesanyám megértene – nem vagyok elég jó.” A gyermek elkezd szégyellni magát érzése és igényei miatt (a megértettség, vigasz, közelség, biztonság stb. iránti igényei miatt). Önmagát kezdi szégyellni. Visszatükrözött Te nélkül nem alakul ki Én, a gyermek nem szerez magabiztosságot. A biztos kötődés legfontosabb feltétele és eszköze az érzékeny anyai elfogadás. Ez összetartozást, biztonságérzést alakít ki a gyermekben.

A homoszexuális nők gyakran nagyon szégyellik jogos szükségleteiket, mivel ezeket szüleik gyermekkorukban alig vették észre, alig becsülték. Kisgyermekként, nem ritkán már csecsemőként szenvedtek szüleik hiányos érzékenysége miatt. Mély ön-elbizonytalanodásuk a terápia során mutatkozik meg, amikor a következő kérdésekre, mint: „Ki vagy? – Nem tudom.” „Mit akarsz? – Nem tudom” a válasz.

Felnőttkorban a gondoskodó, odaforduló anya utáni csillapítatlan gyermekkori igények erotizált formában jelennek meg újra. Egy érintett nő ezt a következőképp fejezi ki: „Amikor találkozom egy nővel, akihez vonzódok, az olyan, mintha valami azt kérdezné bennem: „Akarsz az anyukám lenni?” Ez egy ellenállhatatlan, heves, de ugyanakkor gyámoltalan érzés. Hirtelen kicsivé zsugorodom. Szeretném, ha észrevenne, szeretnék a számára nagyon fontos lenni – és minden érzésemet ez foglalja el.”¹⁵

A kötődésvesztés okai:

Az anyával való kapcsolódás elvesztése és más kapcsolati sérülések a kislánynál az értéktelenség érzését, önelutasítást és a saját létezéssel kapcsolatos szégyent váltják ki. Az ilyen sérüléseket a következő helyzetek okozhatják:¹⁶

- Az anya terhesség alatti stresszes állapotai, amelyek a lányra is áttevődnek és állandó feszültséget és az eltávolodás érzését okozhatják.
- A gyermek tudatos vagy tudatalatti elutasítása a szülők részéről; pld. a lánygyermek elutasítása, mert az anya fiút szeretett volna.
- Elszakadás az anyától örökbeadás, válás, az anya halála, illetve az anya vagy a gyermek hosszan elhúzódó betegsége miatt.
- Ha a csecsemő, kisgyermek folyamatosan a depresszív, zárkózott anya szomorú tekintetével szembesül, akkor az élettől elzárva érzi magát. Kutatások igazolják a lány csecsemőkora és kisgyermekkor ideje alatt depresszív anya és a későbbi homoszexualitás közötti összefüggést. Egy kutatás levonja a következtetést: „Ezek a lányok alig voltak abban a helyzetben, hogy érzelmileg összekapcsolódjanak az anyjukkal. Némelyeknél az volt a meglátásunk, hogy soha nem azonosultak az anyjukkal, másoknál az, hogy aktívan lekapcsolódtak róla, mert az anya gyengének,

¹⁵ Sigler-Smalz, A., *Understanding the lesbian client*. <http://www.dijg.de/english/understanding-lesbian-client-relationship/> angolból fordítva. Lásd: <http://www.dijg.de/homosexualitaet/weibliche/lesbische-frauen-verstehen-hilfe/>

¹⁶ Ezeket a tényezőket női homoszexualitással kapcsolatos tanulmányokban és beszámolókból említik meg. Lásd: Hallman, J., *The heart of female same-sex attraction*, a.a.O.

tehetetlennek, gyámoltalannak tűnt. Sok anya a saját teljesítményét értékelte le, és elutasította a női nemi szerepet.” A kutatásban résztvevő némelyik anyát gyermekkorában súlyos szexuális bántalmazás érte. Lányaiknak tudattalanul azt az üzenetet adták át, hogy a női lét nem ad biztonságot. A nőiségben rejlő büszkeség érzését nem tudták lányuk felé közvetíteni.¹⁷

- Érzelmi törekenység, az anya más okokból támasztott túl magas követelése, elvárásai, épp a lány személyiségfejlődésének szempontjából meghatározóak az első életevekben. Emögött az anya lelki sérülései, a házasságból származó sebek, más gyermekekkel kapcsolatos problémák vagy egyéb stressz tényezők állhatnak. Ahhoz vezethetnek, hogy az anya elzárkózik és a lány számára érzelmileg nem elérhető. Mivel ezek a tényezők változhatnak, a már felnőtt homoszexuális nő anyjában nehéz lehet felismerni azt a fiatal, leterhelt anyát, akit a lány gyermekkorában megtapasztalt.
- Gyakran számolnak be a homoszexuális érzelmű nők arról, hogy gyermekkorukban úgy érezték, az édesanyjuk érzelmileg cserbenhagyta őket, vagy pedig az volt az érzésük, hogy nekik kellett az édesanyjukról gondoskodniuk, ők voltak felelősek anyjuk jól léteért. Nekik kellett édesanyjuk szükségleteit kielégíteni, és nem fordítva. Az anya érzelmi hiányainak az is lehet egy következménye, hogy a gyermeket csak akkor viseli el, ha az „kedves és jó”. Egy homoszexuális nő arról mesélt, hogy anyja őt gyermekkorában mindig kiküldte játszani, mert nem tudta elviselni otthon a „rendetlenséget”.
- Az anya kevésbé kifejlődött kötődést kínáló képességei, mert azt ő maga sem tapasztalta meg.
- A kötődésvesztés ahhoz vezethet, hogy a lány már egyáltalán nem érzi a kapcsolódást az anyához. Homoszexuális nők, akiknek az anyja nagyon zárkózott volt, gyermekkorukban az anyukájukat „üresnek”, „üres gömbnek”, „kötelességtudónak” érezték, és „képtelennek” arra, hogy a gyermekkel szemben érzelmileg megnyíljanak.¹⁸

Némely anya a lányát saját léte meghosszabbításának tekintette és nem igen tudta őt független, önálló személyiséggé-válás folyamatában támogatni. Homoszexuális nők arról számoltak be, hogy nem tudták megkülönböztetni, melyek voltak az ő saját és melyek az anyjuk érzései.

Ha az anya vagy az apa érzései összekeveredtek a gyermek érzéseivel, akkor a gyermek szükségletei kielégítetlenek maradtak.

2. Nincs azonosulás az anyával (nemi azonosulás): Az anya és amit képvisel, nem fontos.

A csecsemőkor után a nemi identifikáció erősebbé válik a lány tudatában. Lány vagyok. Az anya az első női létező, akiben a lány látja, mit jelent nőnek, nőiesnek, anyának lenni. Másképp történik ez, mint a fiúnál, akinek a nemi azonosuláshoz el kell távolodnia az anyától

¹⁷ Zucker, K., et al., *Gender identity disorder and psychosexual problems in children and adolescents*, 1995. 252 f. o.

¹⁸ Lásd: Hallman, J., *The heart of female same-sex attraction*, a.a.O.

és az apához kell kapcsolódnia. A lány a női azonosuláshoz az anyával való tartós kötődésre van ráutalva.

A kötődésvesztés és további sérülések ahhoz vezetnek, hogy a lány érzelmileg lekapcsolódik az anyáról. Homoszexuális nők arról mesélnek, hogy gyakran már az első – a nemi azonosulás szempontjából legfontosabb – életkorban messzemenőig lekapcsolódtak az anyjuk által képviselt nemi létformáról.

A lány tudat alatt azt mondja: „Az anya és amit képvisel, tehát a nőiesség és az anyaság, egyaránt közömbös számomra. Az anya megsebzett és kiábrándított. Mindahhoz amit képvisel semmi közöm nincs már. Nincs rá szükségem.” Ez a lekapcsolódási folyamat a léleknek egy védekezési mechanizmusa a további sérülések ellen. De a lány nagy árat fizet ezért: Az anya és a nőiség elutasításával elzárja az utat a saját nőiességének, nőiségének kibontakozása felé. Az anya iránt való vágyakozást elnyomja, de ez a vágy később gyakran felszínre kerül egy másik nővel szembeni erotikus vágyakozásban.

Homoszexuális nők mesélik:

- ♣ hogy az édesanyjuk saját nőiségét, nőiességét és anyaságát tudatosan vagy tudattalanul megvetette. A lány azzal az érzéssel nőtt fel, hogy a női létnek kevés értéke van és megvetette magát saját nőisége miatt.
- ♣ hogy a családban a férfiasság alapvetően értékeesebb volt. A lány a saját nőiségét vélhetően alacsonyabb értékűnek tekintette.
- ♣ hogy otthon, vagy annak környezetében olyan meghatározott nemi szerepelképzelések uralkodtak, amelyek a lányokat és nőket az érdeklődésükben és szabadságukban korlátozták.
- ♣ hogy lenézték, ha a nőnek minden munkát otthon egyedül kellett elvégeznie, és soha nem szállt síkra saját szükségleteiért.

Egy volt homoszexuális nő az erőszakos édesapjáról és a depresszív, passzív alkoholfüggő édesanyjáról számol be: „Gyűlöltem és utáltam azt, amit benne láttam.” Később a férfias és erősnek ható nők vonzották, akik az ellenkezőjét képviselték annak, amit édesanyjánál megtapasztalt.¹⁹

Egy másik, korábban homoszexuálisan érző nő visszatekintve a következőt mondja: „Édesanyjamat mindig gyengének láttam; Apám erős és karizmatikus személyiség volt. Emlékszem még, hogy már egészen fiatal lányként azt gondoltam: „Ha felnőttem, soha nem szeretnék olyan lenni, mint anya.” Azt is tudom, hogy eldöntöttem, úgy szeretnék viselkedni sőt ki is nézni, ahogyan a fiútestvéreim és az apukám. Édesapámé volt az utolsó szó, ő dolgozott, a saját életét élte. Anyukám csak otthon volt és apukámat isteníttette. Édesanyjammal soha nem volt közös témánk. Soha nem értett meg igazán, és ma azt gondolom, hogy nem is próbált megérteni.”²⁰

¹⁹ Interview mit J. Boyer: *One woman's struggle*. NARTH Bulletin August 1999.

²⁰ Nicolosi, J. und L., *Was ist Lesbianismus* <http://www.dijg.de/homosexualitaet/weibliche/lesbianismus-radikale-feminismus/>

3. Az apával való viszony: az apa kis segítője

A szülők közötti kapcsolat rendkívül fontos tényező abban a kérdésben, hogy a lány a női identitásában el tudja-e fogadni magát, és a másik nem felé való odafordulásban tud-e fejlődni. Megtapasztalja-e, hogy az apa és az anya kiegyensúlyozott kapcsolatban egészítik ki egymást. Amennyiben az apa tiszteli és becsüli az anyát és szeretettel fordul felé, a lánynak is könnyebb magára szeretettel és tisztelettel tekinteni.

Az apa fontos feladata az, hogy a lányát az önálló fejlődésében támogassa. Segítenie kell a lányának, hogy önálló személyé válhasson, saját nőiségét tisztelettel elfogadhassa, az adottságait kibontakoztathassa, és a határaitra is igent tudjon mondani. Ez akkor sikerül a legjobban, ha érzékenyen, szeretettel és melegszívűen fordul kislánya felé, és ha ő maga is nagy tisztelettel viszonyul a női nemhez. Egyben ő az első férfimodell a lány számára, akiben a lány látja, milyen tiszteletet és megbecsülést várhat később a férfiktól.

A homoszexuális nők az apjukkal való kapcsolatot gyakrabban írják le negatívnak, mint a heteroszexuális nők. Szemükben az apa fegyelmetlen, uralkodó, agresszív, bántó volt vagy éppenséggel kívülálló, érdektelen.

De gyakran számolnak be a homoszexuális nők arról is, hogy apjuk kis segítői voltak, kis munkásai. Többnyire kutyaszorítóban érezték magukat: ha kapcsolatban szerettek volna az apával maradni, kénytelenek voltak alkalmazkodni hozzá, és saját szükségleteiket háttérbe szorítani. Amennyiben saját, női érdeklődésüket erősítették, elvesztették a szoros kapcsolatot. Ekkorra már csaknem mindig egy bizonyos sérültséget hordoztak magukban anyjukkal kapcsolatban, és apjuknál „pótkapcsolatot” kerestek”. De az apa az anyát nem tudja pótolni. Az anya hasonlósága a lány számára identitásalapozó tükör, az apa pedig a „másféleség” tükrözője. Ezt nem lehet felcserélni, és ha a lány ezt mégis megkísérli, akkor összezavarodik az identitását tekintve.

Előfordul, hogy az apa tudattalanul a saját férfiképét helyezte át a lányra, vagy benne látta saját vágyainak beteljesedését. A lányának különlegessé kell válnia, és ő, az apa volt a tréner – a lány valódi szükségletei kielégítetlenek maradtak.

Ha az apa a nőiséget lenézi, akkor a lány értékítélete aszerint alakulhat és később esetleg saját nőiségét is megveti, illetve a férfiasság felé fordul.

Amennyiben az apa nem védi meg a lányát bizonyos kiszolgáltatott helyzetekben, a lányban saját nőiségével kapcsolatban düh, szégyen alakulhat ki, mert nem tartották elég értékesnek ahhoz, hogy szeretettel védjék meg. Ennek következtében a lány elkezd lenézni magát.

Nem ritka, hogy a lány az apával való kapcsolatát később minden férfira általánosítva átviszi. A férfiktól való félelem, a férfiak elutasítása, férfikkal szembeni gyűlölet határozhatja meg az életét.

Ha az apa uralkodótermészetű, agresszív és sértő, a lány tőle való félelemből később minden férfitől visszahúzódhat: „Nem bízhatok a férfiakban.”

Ha az apa erőszakosan viselkedik, előfordulhat, hogy a lány igyekszik az anyát megvédeni. Ha erőszakos, megoldatlan konfliktusok domináltak egy kislány életében, akkor

megtörténhet, ami általában érvényes a homoszexuális vágyakra: erős töltetű, gyermekkorból származó hiányok felnőttkorban erotikus-szexuális képzetekkel kapcsolódnak össze. A lány például olyan nőekkel kezd kapcsolatba, akiknek segítségre van szükségük, és akiket meg szeretne védeni. Ez a – másik nőről való – gondoskodás intenzív erotikus-szexuális színezetet kap, és ezzel átmenetileg nyugalmi helyzetbe hozza a belső, megoldatlan konfliktust.

De az is előfordulhat, hogy a lány, hogy saját magát védje, az agresszor, azaz az apa oldalára áll – különösképp, ha az anyát gyengének látja. Később a női létet megveti, soha nem szeretne anya lenni, hanem az apával és annak hatalmával azonosul. Azért, hogy védje magát, fiú szeretne lenni. Ezek a lányok feltűnően gyakran a fantázia világába húzódnak vissza, ami hatalomról, agresszióról, önvédelemről szól.

4. Lánybarátságok: nem tartozom közéjük

Barátságok más lányokkal a lány identitásfejlődését támogatják. Mielőtt még a lány a másik nemmel kezdhét kapcsolatot, szüksége van arra, hogy saját nőiségével más lányokban tükrözzék. A lányok közötti oldottabb, nyugodtabb légkör a belső fejlődést támogatja. A fiúkkal szerzett korai tapasztalat viszont terhelő lehet: „Fiúk is, lányok is másképp gondolkodnak, és ez megkönnyebbülés lehet.” Egy lány lelkileg csak akkor kész a másik nemmel való mély érzelmi kapcsolatra, ha önazonossága már elért egy bizonyos érettségi fokot.

A serdülőkorban a lányok sokszor naponta e-maileznek, órákon át telefonálgatnak és sok időt töltenek együtt. Ha viszont nem alakul ki ebben az időben a kapcsolat a lányok világával, lehet, hogy az önmaga tükrözése utáni csillapíthatatlan vágy felnőttkorban erotikus formában jelenik meg újra.

Lánybarátságok hiányában magány, nem-odatartozás, elutasítottság érzése jöhet létre. Ha egy lányt, aki olyan tradicionálisan nem női tevékenységek iránt érdeklődik, mint például a műszaki szakma, környezete emiatt elutasítja, esetleg önmagát fogja elutasítani. Csak akkor tud pozitívan viszonyulni saját életéhez, ha tehetségével és egyben nőiségével kapcsolatban igazi elfogadást és támogatást tapasztalt.

5. Szexuális erőszak: lánynak lenni nem jó

A gyermekkorban, fiatalkorban elszenvedett szexuális erőszak nem mindig vezet homoszexualitáshoz. Sok lány nem lett homoszexuális, akit megerőszakoltak. Mégis sok tanulmány kimutatja, hogy homoszexuális nőknél kb. kétszer olyan gyakori a gyermekkorban elszenvedett szexuális erőszak, mint a heteroszexuálisoknál.²¹

Egy tapasztalt lelkigondozó nő a következőképp látja az összefüggést: „Férfi által történt szexuális erőszak egy nőnél nagy félelemhez és gyűlölethez vezethet. A nőt az a mély szükséglete, hogy másokkal kapcsolatban éljen, arra készíti, hogy egy nővel lépjen szoros (szexuális) kapcsolatra. Gyakran a másik nő is hasonló sebeik miatt szenved.”²²

A szexuális zaklatás masszívan befolyásolja a lány önértékelését és előidézhet egy súlyos identitásbeli zavart, adott esetben még a női identitás elutasítását is: „Azért történik ez velem,

²¹ Lásd: Hallman, J., *The heart of female same-sex attraction*, 2008, 83. o.

²² Worthen, A. et al., *Someone I love is gay*, Downers Grove IL, 1996, 83. o. idézet lerövidítve.

mert lány vagyok, lánynak lenni nem jó.” Ebből fakadhat a diffúz büntudat és szégyenérzés; félelem a másik nemmel szemben; csekély önértékelés; alkohol, drog és túlzott gyógyszer fogyasztás gyakoribb előfordulása; alapvető bizalmatlanság másokkal szemben; kényszeres szexuális viselkedés; a szex és a szeretetteljes odafordulás megkülönböztetésére való képtelenség.

Egy olyan lány, aki nőiségének méltatása és pozitív visszatükrözése hiányát tapasztalta, később nagyobb valószínűséggel viselkedik és öltözködik majd kifejezetten fiúsan.

Férfi családtag által történt szexuális erőszak különlegesen romboló hatással bírhat, mivel a gyerek érzelmileg erre a kapcsolatra van ráutalva. De mindennemű, a szexualitással kapcsolatos inzultus következményekkel jár: a családban történő fölényeskedő beszéd, vagy az a tény, hogy az apa vagy a fiútestvérek bármikor benyithatnak a fürdőszobába, mialatt a lány ott van, vagy a még fejlődésben lévő lánnyal szembeni szexuális játszmák.

Egy újabb tanulmány azt mutatja, hogy lényegesen gyakrabban fordult elő szexuális erőszak homoszexuális nők gyermekkorában és fiatalkorában, mint a heteroszexuálisoknál. E nők közül sokan a szexuális erőszak után nevezik magukat homoszexuálisnak.²³ A később homoszexuális érzéseket kialakító lányok uralkodó életérzéséhez gyakran hozzátartozik a magány, az anya utáni vágyakozás. Lehetséges, hogy az ilyen szenzibilis típus jobban ki vannak szolgáltatva a homoszexuális erőszaknak is. Egy nő a következőképp mesél: „Nem szexet akartam azzal az idősebb nővel. De annyira szükségem volt rá, hogy mindent megtettem, amit akart.”

A felnőtt nő

A vázolt fejlődési tényezők mind egy dologhoz vezetnek: a self és a felnövekvő nő személyisége mélyen sérül, zavar alakul ki azzal kapcsolatban, hogy ki is ő valójában.

Pubertáskorban és felnőttkorban a beteljesületlen érzelmi igények – az anyaszerű személlyel való kapcsolat, de különösképpen egy saját, kiteljesedett női identitás iránt – erotikus-szexuális érzésekkel kapcsolódnak össze. Sok kapcsolat középpontjában az az erotikus-szexuális vágyakozás áll, hogy a nő egy másik nővel olvadjon össze.

A szexuális kapcsolattól várja a nő saját, nem beteljesedtként érzékelt női identitását „kiegészítését”. A homoszexuális nő a másik nőben keresi saját magát. Szeretne a másikra „ráragadni”, néha legszívesebben a másik testébe bújni. Az érzékelt identitáshiányt egy másik nővel „a lehető legteljesebben erotizált feltankolás”²⁴ által szeretné kitölteni. De szexuális viselkedés és a másik személlyel való összeolvadás nem tudja a nő belső sebeit csillapítani, gyógyítani.

Magány és elhagyatottság érzés

Sok homoszexuális nő életét mélyen meghatározzák olyan érzések, mint az elhagyatottság, értéktelenség, szorongás, magány és a gyakran csillapíthatatlannak tűnő lelki éhség. A beteljesedett női identitás utáni sóvárgás sok homoszexuális nőben egy belső űr érzését váltja ki; depresszív alaphangulat uralja az életüket. Ezekben az érzésekben visszaköszön a hajdani

²³ Tomeo, M., et al.: *Comparative Data of Childhood and Adolescence Molestation in Heterosexual and Homosexual Persons. Arch Sex Behavior* 30, 3, 2001 535-541. o.

²⁴ Siegel, E., a.a.O. 39. o.

csecsemő mélységes szomorúsága, aki az anyától, életének forrásától elszakítva érzi magát, és rögződnek azok a sérelmek, amelyek lány korában női mivoltában érték.

Érzelmi függőség

A teljességérzés és az identitás keresése sok nőben a homoszexuális kapcsolatban való összeolvadás utáni vágyat kelti. A társ kapcsolatban ez érzelmi függőségként jelenik meg: a nő nem önmagában keres otthont, hanem a másik nőben. Legszívesebben a másikban élne. Egy nő ezt a következőképp írja le: „A barátnőmben kerestem valamit. Nem tudtam, mi az, amit keresek, és nem is kaptam meg. Legszívesebben ráragadtam volna, hogy a vele való kapcsolatban saját értékemet növeljem.”

A Lesbische Frauen in der Kirche (Leszbikus nők az egyházban) című könyvben egy érintett nő írja a következőt: „Megpróbálok nagyon erősen megkapaszkodni, és elképesztő erőfeszítembe kerül az elengedés, a távolságtartás a kapcsolatban vagy barátságban. Azt gondolom, a kapcsolataimban még mindig anyukámat keresem.”²⁵

Az emocionális függőséget nem a nagy szerelem megnyilvánulása, hanem az egyedülléttől szembeni való félelem határozza meg: „Nem tudok élni, ha nélküled kell élnem.”

Egy nő a következőt mondta a partneréről: „Nem tudom, hogyan éljek nélküle. Az életem annyira üres volt, mielőtt az életem része lett. Most ő az életem.”²⁶

Amikor érzelmi függőségről beszélünk, nem szabad azt feltételeznünk, hogy homoszexuális kapcsolatban nem is létezhet valódi barátság. De ezeknek a kapcsolatoknak a heves dinamikája végeredményben arra utal, hogy ez esetben a kisgyermek tudattalan, megoldatlan függőség iránti vágyáról van szó. Sigler-Smalz terapeuta úgy véli, a homoszexuális kapcsolatok hajtómotorja a hiányból ered: a női-anyai gondoskodásban megtapasztalt hiányból és a női identitás pozitív tükröződésének hiányából.²⁷

Andria Sigler-Smalz terapeuta, aki maga is megtalálta az utat a homoszexualitásból és ma házas, saját tapasztalatából fogalmazza meg a lesbikus kapcsolatokat: „a ragasztóanyag”, amely ezeket a kapcsolatokat összetartja, féltékenységből, túlzott birtoklási vágyból és a manipuláció különféle megnyilvánulásaiból áll. A kapcsolat tartama alatt a fénypontok nagyon kiemelkedőek, a konfliktusok nagyon extrémek. Túlontúl sok együtt töltött idő, sok telefonálgatás, nagy értékű ajándékok, elsietett összeköltözés és az anyagiak összeadása – ez csak néhány példa a meleg nőknek arra a törekvésére, hogy a kapcsolatot semmi ne zavarhassa. Mindebben az egészséges kapcsolat ellentéte mutatkozik. Ez érzelmi függőség és túlzott emocionális összefonódás.”²⁸

Egy egészségesen növekvő kapcsolathoz hozzátartozik az adás és az elfogadás, a közelség és a távolságtartás egyensúlya. A közelség állandó vágya nem az érett kapcsolatkézség jele, míg a csecsemő számára a távolság egyenlő a halállal – és ez a mély, elhagyatottságtól való félelem határozza meg sok homoszexuális nő életét.

²⁵ Barz, M., et al., *Lesbische Frauen in der Kirche*, Stuttgart 1987, 63. o.

²⁶ Sigler-Smalz, A., a.a.O.

²⁷ Sigler-Smalz, A., a.a.O.

²⁸ Sigler-Smalz, A., a.a.O.

Mindkét nő azt keresi a másikban, ami hiányzik belőle, amit a másik viszont nem tud neki megadni: saját identitását. Ahelyett, hogy magában keresne otthont, a partnerében él. Gyakorta azért gondoskodnak a másiktól, hogy ne kelljen a saját belső űrt érezniük. Egészséges határt alig érznek. Önértékelésük és biztonságuk messzemenően a kapcsolattól függ. Ha a kapcsolat vége fenyeget, manipulációt, ellenőrzést, hatalmi erőt kell bevetni, hogy az „ön-elvesztést” megakadályozzák. Ez az egyik oka annak, hogy a lesbikus kapcsolatokban magas az erőszakosság aránya.

A biztonságérzés hiányát hatalmi erővel pótolják. Félelem az elhagyatottságtól és egyben félelem az érzelmi megfojtástól, hatalom és ellenőrzés jellemzi a kapcsolatot.

„Kemény önelégültség”

Kapcsolati sebeik miatt és az esetleg elszenvedett szexuális erőszak után a később homoszexuális nők már kora gyermekkorukban számos védekező rendszert fejlesztettek ki. Hogy kivédjék a további sérüléseket, látszólag függetlenek. Felvett tartásuk meghatározó jellemvonássá szilárdul: „Nincs szükségem senkire.” A védtelenség elfojtó érzését hűvös racionalizmussal kompenzálják, ami azt az érzést biztosítja nekik, hogy mindent kézben tudnak tartani.

A *Lesbian Psychologies (Leszbikus pszichológiák)* című könyv bemutatja egy lesbikus életmódot folytató nő esetét, akinek anyja depressziós volt, apja pedig sem felesége, sem lánya számára nem volt érzelmileg elérhető. Az anya már gyermekként „kemény önelégültséget” fejlesztett ki magában. Mivel (depressziója miatt) maga is érzelmi hiányban szenvedett, lányának sem állt rendelkezésére, akinek pedig végképp nem volt meg a lehetősége arra, hogy szükségleteit csillapítsák. Nem tudott anyja segítségével stabil önállóságot kialakítani, ehelyett már korán fals függetlenséget épített fel és bizonyos területeken azonosult az apával. Az önelégültség színfala mögött (felnőttként is) rendkívül gyengének és sebezhetőnek érezte magát, amit viszont csak két év terápia után tudott felismerni.²⁹

A gyermekkor a befogadás ideje. A homoszexuális érzelmű nők gyakran már gyermekkorukban belekényszerültek a felnőtt szerepbe. Ahelyett, hogy kaptak volna, adniuk kellett: az anyának, hogy kevésbé legyen leterhelve, az apának pedig, hogy ne forduljon el a lánytól. Bizonyos képességeket kellett kifejlesztetniük, erősnek, segítőkésznek és függetlennek kellett lenniük – csupa olyan tulajdonság, amely később hasznukra válhat. A látszat mögött azonban továbbra is kisgyermekként vágynak az alapvető érzelmi igényeik és szükségleteik kielégítésére. Azok később, a homoszexuális kapcsolatban újra a felszínre törnek – gyakran csillapítatlan lelki éhségként.

Egy érintett nő így írja le külső képességei és belső szükségletei közötti konfliktusát: „Amikor lesbikus kapcsolatban vagyok, úgy tűnik, mintha ketté lennék osztva: ott van a negyven éves nő, aki mindenre képes. Ugyanakkor viszont jelen van a tizennyolc hónapos kisgyermek is, aki kétségbe van esve.”³⁰

²⁹ Burch, B., *Barriers to intimacy*, in: *Lesbian Psychologies*, Chicago 1987, 137. o.

³⁰ Hallman, J., a.a.O. 104. o.

Kezdet az élet közepén

Gyakran történik meg, hogy addig házasságban élő, gyermekes anyák váltanak, középkorúként homoszexuális életformára. Ennek kiváltó oka lehet egy emocionálisan üres házasság, a növekedésben lévő gyermekek által okozott túlterheltség, vagy számos egyéb ok. Az alapdinamika viszont ugyanaz, mint a fent ecsetelt példákban, csak hogy nekik huzamos ideig sikerült kompenzálniuk érzelmi hiányaikat. De ugyanarra a „külső tápanyagra”³¹ – egy másik nőre – van szükségük, hogy önértékelést tankolhassanak és ezáltal is védjék saját identitásukat.

A nőiség és anyaság megvetése

A további sérülésekkel szembeni védelem érdekében a lány már nagyon korán és többnyire radikálisan elfordult az anyjától: „Anya és az, amit képvisel, nem fontos nekem.” A lány elkezdte megvetni a nőiséget, az anyaságot és egyáltalán a kapcsolatokat és a kapcsolódások jelentőségét: „Ez csupán női butaság.” Sok homoszexuális nő életére jellemző ez a nőiséggel- és anyasággal, sőt minden egészséges befogadással ellenkező tartás, kialakított gyűlölet és düh. Mögötte azonban fájdalom rejlik: Az anyával való kapcsolat utáni elnyomott vágyakozás.

Félelem a férfiaktól, a férfiakkal szembeni gyűlölet

Homoszexuális érzelmű nők tapasztalataik folytán nem ritkán félelmet, mély haragot és dühöt hordoznak magukban a férfiakkal szemben. A férfiaságot intim kapcsolatban fenyegetőnek élik meg, és ezért elutasítják.

Terápiák során gyakran megfigyelhető, hogy olyan nők, akik hosszú ideig éltek lesbikusként, az idővel egyre hevesebben elutasítják a heteroszexuális kapcsolatokat.

A homoszexualitásból kivezető utak

Egy nő csak akkor talál kiutat a homoszexualitásból, ha közel kerül magához. Ez az önmagához közelkerülés egy homoszexuális nő számára rendkívül fájdalmas, mert kapcsolatba lép a fájdalmaival. A homoszexuális identitás felvétele gyakran helyettesíti az önmagával – es egyben fájdalmaival – való szembesülést. Úgy érintkezhetne valóban énjével, ha érintkezésbe kerülne mélyre nyúló bizonytalanságával és az azzal kapcsolatos sebekkel. Az intenzív erotikus-szexuális érzések és az állandó „másik nőnél levés” drogként hat az identitássérüléssel kapcsolatos fájdalom ellen. Pszichodinamikai szempontból a homoszexualitás tehát gyakran a mély ön-bizonytalanság okozta lelki fájdalmak elleni védekező eszköz. A másikkal való önkeresés viszont sohasem lehet hiteles. Ezért ugyan rövid időre a homoszexuális kapcsolat tehermentesít, de az identitás hosszútávon üres marad.

Az érett, stabil heteroszexualitás nem csupán egyfajta szexuális viselkedés, hiszen önmegtartóztatásban is kifejezésre juthat. Azt jelenti, hogy a nő megtalálta saját női identitását, és ebből az azonosságból él. A másokkal létesített valódi közelség a nő saját magával való közelségét feltételezi. Egy homoszexuális nő tehát csak akkor lesz képes kialakítani egy érett heteroszexualitást – amennyiben ez szándékában áll –, ha közel kerül önmagához, érzelmeihez és szert tesz egy saját, női - identításra. Azaz meg kell tanulnia

³¹ Siegel, E., a.a.O. 39. o.

szembenézni sebzettségével és sebei következményeivel. Csak a fájdalom és a gyászmunka által lehetséges a valódi változás.

Ehhez erős motiváció, nagy bátorság és kitartás kell.

Az erre vállalkozó nőnek szüksége van egy megértő személyre, lelkipozóra vagy terapeutára, aki figyelemmel és megértően mellette áll. Vele megfelelő, mégis valódi kapcsolatot kell kialakítania, amelyben lassanként bizalommal meg tud nyílni. A megfelelő kötődésben a nő végre szembenézhet a fájdalmaival. Ez esetben egy kettős kapcsolódásról van szó: egészen közel kell lennie önmagához, és egyben autentikus kapcsolatban kell lennie egy érzékenyen ráhangolódó kísérő személlyel, aki szintén önmagában nyugszik. Csak ez a közvetett út járható.

A másokkal – nőkkel és férfiakkal – kialakított közelség és valódi kötődés előfeltétele, hogy a nő érintkezésben álljon saját magával, és ne kelljen súlyos identitássebeit erotikus aktivitással kezelni. Akkor tekinthet felszabadultan a másik nemre mint valódi kiegészítőjére.

A heteroszexualitást megcélzó terápia és lelkipozás során a kliens számára a következő témák kerülnek terítékre:

- ♣ egészséges, nem szexuális típusú kapcsolatok kialakítása nőkkel és férfiakkal
- ♣ a közelség és távolság egyensúlyának begyakorlása
- ♣ az itt és most biztonságának megtapasztalása
- ♣ öngondoskodás
- ♣ saját identitás és élettörténet elfogadása
- ♣ a belső állandó nyugtalanságból a nyugalomba kerülés és az otthonteremtés
- ♣ az érzelmi függetlenséget célzó munka
- ♣ a saját étellel kapcsolatos sebek feldolgozása
- ♣ gyászmunka
- ♣ a saját női **self** (női én) elfogadása annak lehetőségeivel és korlátaival.³²

A terápia során számos technika megfelelő, különösképpen a mélylélektanilag megalapozott, ill. a trauma orientált és kötődés orientált terápiák.

Amennyiben egy nő megváltozott, – véli a tapasztalt terapeuta, Janelle Hallman – úgy „otthonra talált magában. Ha szerencséje van, és ezt Istennel való kapcsolat kontextusában teszi, akkor tudja, soha nem lesz egyedül. Megélheti nőiségét, és saját bensőjében más nőtől és férfitől függetlenül kialakított otthonából egészséges egyensúllyal teremt kapcsolatot nőkkel és férfiakkal. Ajándékoz és elfogad. Ha ezt elérte, bizonyára többet ért el, mint némelyik más nő, aki soha nem szenvedett homoszexualitásban.”³³

Kitekintés

A női homoszexualitás összetett kapcsolati sebek eredménye és gyakran mélyre nyúló identitás-bizonytalanság kifejeződése. A homoszexuális fejlődésre jellemző fejlődéslelektani összetevőket azonban sok heteroszexuálisan érző nő is tapasztalhatta legalább részben. Ebből

³² Hallman, J., *The heart of female same-sex attraction, a.a.O. után*

³³ Enyhén rövidítve, Hallman-Burleson, J. *Weibliche Homosexualität – Schritte der Veränderung*
<http://www.dijg.de/homosexualitaet/weibliche/schritte-der-veraenderung/>

a szempontból a női homoszexualitás nem valami különös jelenség, hanem csak egy lehetőség a mélyre nyúló, gyermekkorból származó sebek átmeneti kivédésére – ez esetben homoerotikus fantáziák és viselkedés által.

A probléma az, hogy a coming-out mit társadalmilag favorizált megoldás ezt az összefüggést teljesen elhomályosítja. A látszólag adott „leszbikus identitás” elfogadása meggátolja az élet komplex sérüléseivel való szembenézést. Ezáltal megakadályozza a szükséges gyászmunkát, amely által (és csak ez által) lehetséges az igazi változás a kiteljesedett női identitás és a stabil, érett heteroszexualitás irányába.

Lányok pubertáskorban

A lányok azon vágya legitim, hogy más lányokkal való kapcsolataikban közelséget, biztonságot és annak érzését éljék át, hogy ők különlegesek. Azzal viszont, hogy társadalmunkban újra és újra összekeverik az érzelmi közelséget és az identitás szükségletét a szexualitással, a fiatalokat arra csábítják, hogy szexuális kapcsolatokkal kísérletezzenek és azzal azonosítsák magukat, amit épp kellemesebbnek élnék meg. Így megtörténhet, hogy egy fejlődésben lévő lány magát „leszbikusnak” definiálja. Ez további heteroszexuális fejlődését jelentősen megzavarhatja vagy épp blokkolhatja.

Az identitás erősítése

A gyermekkori mély kapcsolati sérüléseknek különféle következményei lehetnek. A női homoszexualitás ezeknek csak egyike. Még ha biztos recept nincs is, sokat tehetünk társadalmilag vagy egyenként gyermekeink védelme és identitásbeli fejlődése érdekében:

- ♣ Olyan rendelkezésekkel, amelyek a társadalomban és a munkavilágban biztosítják és erősítik az anya és gyermek közötti biztos kapcsolatot, kivált a kisgyermek első három évében;
- ♣ Tréningprogramokkal, melyek a szülők és gyermekeik közötti kötődést támogatják;
- ♣ Tréningprogramokkal, melyek a szülők gyermekekkel szembeni beleérző képességét fejlesztik;
- ♣ Szexuális erőszak-megelőző programokkal

Erik Erikson, az én-identitás egyik meghatározó szakértője szerint az identitásfejlődés soha nem zárul le. Mindig nyílik lehetőség arra, hogy szembenézzünk életünk kihívásaival, tovább fejlődjünk és növekedjünk. Mindig van remény.

Christl Ruth Vonholdt, Dr. med.

Gyermekorvos, a Deutsches Institut für Jugend und Gesellschaft (DIJG) (Német Intézet az Ifjúságért és Társadalomért) igazgatója. Az intézet fő munkaterületei: identitásfejlődés, kapcsolatelméletek, identitás és szexualitás, házasság és család, a gender elméletek, keresztény antropológia.