

Alina Łysak

## MIĘDZY „ULECZANIEM Z HOMOSEKSUALIZMU” A WSPIERANIEM W OSIĄGANIU AKCEPTACJI SWOJEJ ORIENTACJI PSYCHOSEKSUALNEJ. KU PORADNICTWU DLA LESBIJEK

„Musimy uznać fakt oczywisty – miłość między kobietami ma zapach piekła”.  
Marie-Jo Bonnet, *Związki miłosne między kobietami od XVI do XX wieku*.

„Lesbijki doświadczają podwójnej dyskryminacji – jako kobiety i jako osoby homoseksualne”. To zdanie można już uznać za truizm. Niestety nadal nie traci nic ze swojej prawdziwości. „Tylko i wyłącznie z powodu orientacji seksualnej ogranicza się ich [lesbijek – A.Ł.] prawa do posiadania rodziny, możliwość opieki nad bliską osobą, prowadzenia wspólnego gospodarstwa domowego, posiadania dzieci, okazywania uczuć, kontaktów z najbliższą osobą itd.”<sup>1</sup>

W polskim prawie nie ma zapisu o zakazie dyskryminacji ze względu na orientację psychoseksualną. W Konstytucji RP czytamy o zakazie dyskryminacji z jakiegokolwiek przyczyny. Jednocześnie Konstytucja definiuje małżeństwo jako związek kobiety i mężczyzny. Pary jednopłciowe nie mogą zarejestrować swoich związków, wychowywać razem dzieci. Co więcej, lesbijki nie mogą odwiedzać swoich partnerek w szpitalach, dziedziczyć po nich, a nawet odbierać zaadresowanych do nich przesyłek.

### 1. Jawne i ukryte formy dyskryminacji

W tzw. codziennym życiu można zaobserwować kilka strategii „radzenia sobie z lesbijkami”. Jedną z nich to **zaprzeczenie, że lesbijki w ogóle istnieją**<sup>2</sup>. I tak, lesbijek nie ma w popularnych serialach<sup>3</sup>, bardzo rzadko pojawiają się w prasie popularnej

<sup>1</sup> A. Teutsch, „Prawa lesbijek”, [w:] *W drodze do Unii Europejskiej. Przewodniczka nie tylko dla kobiet*, Warszawa 2002, s. 47.

<sup>2</sup> Jak wyraziła to Anka Gruszczyńska: „lesbijek w Polsce nie ma, nie było i jak tak dalej pójdzie, nie będzie”. – A. Gruszczyńska, *Nieznośna niewidzialność lesbijek*, [w:] *Homofobia po polsku*, red. Z. Sypniewski, B. Warkocki, Warszawa 2004, s. 233.

<sup>3</sup> Można by się w tym miejscu zastanowić, czy sytuacja lesbijek jest lepsza czy gorsza od sytuacji gejów, którzy w serialach telewizyjnych pokazywani są jako zmanierowani, zniewieściali, „przegięci” lub jako osoby amoralne, rozbijające małżeństwa, uwodzące dzieci itp. W ten sposób dostają jednak szansę na zaistnienie w świadomości widzów, ich obecność w społeczeństwie zostaje zauważona. Jednocześnie widzowie takich seriali mogą odnosić wrażenie, że lesbijek prawie, a może nawet w ogóle, nie ma.

i talk showach, nie posiadają własnych czasopism, klubów, w zasadzie jedynym miejscem, w którym daje się zauważyć obecność lesbijek, jest Internet. Kwestie związane z lesbianizmem są marginalizowane w działalności organizacji gejowsko-lesbijskich oraz feministycznych<sup>4</sup>. Książki mówiące o homoseksualizmie są tak naprawdę o gejach, lesbijkom autorzy poświęcają najwyżej jeden rozdział. Niewidzialność lesbijek dokonuje się także na poziomie językowym, szczególnie w terminach przejętych z języka angielskiego, np. *gay pride* tłumaczone jest zarówno jako duma gejowska, jak i lesbijska<sup>5</sup>. Przeważnie Polacy dowiadują się o istnieniu homoseksualizmu gdzieś w świecie (zwykle w środowiskach artystów, np. kiedy popularne tygodniki rozpisują się o Eltonie Johnie lub Georgu Michaelu i ich partnerach). Jeśli chodzi o Polskę, kolorowe czasopisma mogą pisać jedynie o tym, w jaki sposób swój *coming out*<sup>6</sup> przeżył aktor Jacek Poniedziałek. Tak więc homoseksualizm zdaje się być ekstrawaganckim pomysłem artystów, w „realnym świecie” zaś nie istnieje. Jeszcze bardziej ekstrawaganckim pomysłem wydaje się być związek miłosny między kobietami. I jeśli nawet czasami się zdarza (z rzadka media wspominają o orientacji psychoseksualnej tenisistki Martiny Navratilovej czy aktorki Ellen DeGeneres), to na pewno nie jest spotykany w Polsce. Lesbijka po prostu nie może być Polką, która ma przecież jasno określone predyspozycje i obowiązki, ujawniające się w ideale Matki Polki.

Kolejna strategia polega na **ostrożnym przyznawaniu, że lesbijki istnieją, jest ich jednak tak mało, że nie warto zwracać na nie uwagi**. Uznaje się, że lesbijek jest mniej niż gejów<sup>7</sup>, co może być związane z trudnościami w definiowaniu lesbianizmu oraz z „ukrytym” stylem życia lesbijek. Lesbijki prawie nigdy nie bywają pokazywane w materiałach filmowych dotyczących np. Obchodów Dni Dumy Gejowskiej czy Parad Równości – być może z powodu ich mniejszej atrakcyjności dla mediów, w porównaniu np. z transwestytami.

Zdarzają się jednak kobiety, które decydują się na *coming out*, bywa, że dość spektakularny – było tak np. z pisarką Izabelą Filipiak, której zdjęcia z partnerką ukazały się w piśmie „Viva”. Z powodu braku innych *coming outów* szybko zaczęły być one traktowane jako jedyne lesbijki w Polsce; uzyskanie miana „sztandarowej polskiej lesbijki” nie wydaje się trudne. I rzeczywiście, śledząc programy telewizyjne i artykuły

<sup>4</sup> „W kampaniach na rzecz praw homoseksualistów grupy aktywistek lesbijskich są często traktowane tak, jakby reprezentowały te same interesy co organizacje męskie. Jednak mimo nieraz bliskiej współpracy między gejami i lesbijkami są też między nimi różnice, szczególnie wówczas, gdy lesbijki są jednocześnie zaangażowane w działalność feministyczną. Niektóre lesbijki zauważyły, że ruch wyzwolenia gejów reprezentuje interesy mężczyźni, podczas gdy liberalne i radykalne feministki zajmują się wyłącznie problemami heteroseksualnych kobiet z klasy średniej” – A. Giddens, *Socjologia*, przeł. A. Szulżycka, Warszawa 2005, s. 154.

<sup>5</sup> Oczywiście ma to sens w krajach anglojęzycznych, gdzie słowo *gay* oznacza zarówno geja, jak i lesbijkę. W Polsce jednak większa niewidzialność lesbijek.

<sup>6</sup> Wyjście z ukrycia – zaakceptowanie swojego homoseksualizmu i ujawnienie go otoczeniu. Określenie to związane jest z używanym przez aktywistów gejowskich w Stanach Zjednoczonych hasłem *Out of the closets and into the streets!*

<sup>7</sup> Zob. np. Z. Lew-Starowicz, M. Lew-Starowicz, *Homoseksualizm*, Warszawa 1999.

prasowe dotyczące homoseksualizmu, można by odnieść mylne wrażenie, że w Polsce mieszkają tylko cztery lesbijki – pisarka Izabela Filipiak, rzeczniczka Lambdy Yga Kostrzewa i ich partnerki. A zatem, jeśli lesbijek jest tak mało, to nie ma sensu przyznawanie im praw czy robienie czegokolwiek w ich interesie.

Trzecia strategia polega na **przyjmowaniu do wiadomości, że w Polsce żyją jakieś lesbijki, nie są one jednak w żaden sposób dyskryminowane**. Jest to strategia stosowana również przez osoby zorientowane homoseksualnie. W powszechnej opinii lesbijki mają przecież lepiej (niż geje), wolno im trzymać się publicznie za ręce, przytulać, mieszkać razem bez wzbudzania podejrzeń, wspólnie wychowywać dziecko itp. Tak więc, pozornie, homofobia dotyczy ich w mniejszym stopniu (dodać to tego można jeszcze, że seks dwóch kobiet uważany jest za podniecający, nie – jak w przypadku pary gejowskiej – obrzydliwy, a przez to jest „akceptowany”<sup>8</sup>). Generalnie, lesbijkom łatwiej jest się ukryć, gdyż bliskie związki między kobietami są społecznie bardziej tolerowane niż bliskość mężczyzn, dlatego też są one w mniejszym stopniu narażone na represje i obyczajowe napiętnowanie<sup>9</sup>.

Jeszcze inna strategia to **przypisywanie lesbijkom wszystkich złych cech lub stereotypów**. Zgodnie z wiedzą potoczną lesbijki są niespełnionymi, sfrustrowanymi kobietami, zbyt brzydkimi, by „znaleźć sobie faceta”, nienawidzą mężczyzn, same chcą być mężczyznami, uwodzą heteroseksualne kobiety i dziewczynki, dlatego nie powinny być np. nauczycielkami, chodzi im tylko o seks, nie potrafią tworzyć stałych związków, często zmieniają partnerki, są niestałe uczuciowo lub przeciwnie, są ozięble seksualnie, a ich związki przypominają relacje dwóch sióstr, w końcu – są po prostu chore<sup>10</sup>. Słowa „lesbijka”, „lesba” używane są jako obelgi już przez małe dzieci. W straszeniu homoseksualizmem przodują zwłaszcza prawicowe media, dla których „homoseksualna zaraza” jest, na równi z aborcją, antykoncepcją i eutanazją, elementem „cywilizacji śmierci”<sup>11</sup>.

Do tego dochodzi jeszcze „zwykła” dyskryminacja dotycząca kobiet – stereotypy związane z kobiecością, niższe niż męskie zarobki, „szklany sufit” itp. Strategie „radzenia sobie z lesbijkami” przypominają nieco sposoby, w jakie traktuje się osoby niepełnosprawne. Trudno jednak oczekiwać, by np. następny rok miał być w Polsce „rokiem osób homoseksualnych”.

<sup>8</sup> Kolejną przestrzenią, w której można „odnaleźć” lesbijki, są filmy erotyczne lub pornograficzne przeznaczone dla heteroseksualnych mężczyzn. Nie jest to jednak typ obecności, o który chodzi samym lesbijkom.

<sup>9</sup> Chociaż Joanna Mizieleńska zwraca uwagę na to, że fakt mieszkania dwóch kobiet ze sobą nie sprawia jeszcze, że społeczeństwo akceptuje także łączące je uczucie – J. Mizieleńska, *Pomiędzy pomiotem a przedmiotem... O mistyfikacjach i nieobecności miłości między kobietami w kulturze*, [w:] *Parametry pożądania. Kultura odmieńców wobec homofobii*, red. T. Basiuk, D. Ferens, T. Sikora, Kraków 2006, s. 139.

<sup>10</sup> Warto w tym miejscu zaznaczyć, że homoseksualizm został wykreślony z listy chorób Światowej Organizacji Zdrowia w 1991 roku.

<sup>11</sup> Zob. np. S. Kowalski, M. Tulli, *Zamiast procesu. Raport o mowie nienawiści*, Warszawa 2003.

## 2. Od „leczenia z homoseksualizmu”...

Jak pisałam, niedostrzeżenie lesbijek jest charakterystyczną strategią radzenia sobie z osobami o niedominującej orientacji psychoseksualnej w życiu codziennym. Również naukę (tu: m.in. medycynę, psychiatrię, psychologię) dotknęła ta szczególna wybiórcza ślepota: lesbijki są dla niej niewidzialne. O ile o przyczynach powstawania homoseksualizmu męskiego i sposobach leczenia go rozprawiano i pisano bardzo dużo, formułowano coraz to nowe teorie, o tyle lesbianizmowi poświęcano bardzo niewiele czasu i uwagi. W zasadzie nie istnieje żadna spójna teoria dotycząca powstawania homoseksualizmu żeńskiego, jego przyczyn upatruje się w zaburzonej relacji z matką lub w braku tej relacji, w fascynacji osobą ojca lub, przeciwnie, odrzuceniu go jako wzoru męskiego, w wychowywaniu przez matkę-lesbijkę, w wychowaniu bez matki, w uwiedzeniu przez kobietę, w uwiedzeniu przez mężczyznę lub rozczarowaniu mężczyznami, w poczuciu niższości lub wyższości, wreszcie w oglądaniu zdjęć i filmów pornograficznych oraz w nadmiernym zainteresowaniu sportem<sup>12</sup>.

Skoro nieznane są przyczyny, trudno skonstruować spójny model „leczenia”. I rzeczywiście, badacze rzadko zajmowali się leczeniem kobiet z homoseksualizmu, stąd lesbijki ominęła raczej perswazja z zastosowaniem środków wymiotnych, elektrowstrząsy, kuracja hormonalna, operacje na mózgu czy trening masturbacyjny<sup>13</sup>. Sposoby „terapii” przeznaczone dla lesbijek dotyczyły głównie „leczenia” przez małżeństwo (np. z kobiecym mężczyzną) czy przez macierzyństwo<sup>14</sup>. Ciekawy jest jednak fakt, że jedna z najbardziej radykalnych i barbarzyńskich „terapii” dotyczyła właśnie homoseksualnie zorientowanych kobiet. Dość powszechnie stosowanym w XVIII, XIX wieku „lekarstwem” była kliterodektomia, czyli częściowe lub całkowite usunięcie łechtaczki<sup>15</sup>. Pomysł ten wiązał się z obrazem lesbijki jako trybady, kobiety, która naśladuje mężczyznę, a dzięki przerośniętej łechtaczce, przypominającej wielkością i kształtem penis, utrzymuje kontakty seksualne z innymi kobietami<sup>16</sup>. Nie istniały natomiast analogiczne formy „terapii” zorientowanych homoseksualnie mężczyzn.

Pisząc o poradnictwie dla lesbijek, uznałam za konieczne przypomnienie tych barbarzyńskich praktyk „pomocowych”. W moim tekście chcę się skoncentrować

<sup>12</sup> Zob. np. Z. Lew-Starowicz, M. Lew-Starowicz, *op. cit.*; R. Cohen, *Wyjść na prostą. Rozumienie i uzdrawianie homoseksualizmu*, przeł. A. Jankowiak, Kraków 2005.

<sup>13</sup> Z. Lew-Starowicz, M. Lew-Starowicz, *op. cit.*, s. 198-199; A. Długołęcka, *Pokochałaś kobietę...*, Warszawa 2005, s. 50.

<sup>14</sup> „Poprzez kształtowanie uczuć rodzicielskich osiągnąć można spojrzenie na płęć zarówno odmienną jak swoją, jako na podporządkowaną rodzicielstwu. Z kolei przez wzbudzenie pragnienia rodzicielstwa można osiągnąć pożądaną zmianę w odniesieniach do płci odmiennej. W oczach kobiety mężczyzna przestanie być żenującym przedmiotem seksualnym, a zacznie być przeżywany jako możliwy ojciec wspólnych dzieci” – K. Meisner, B. Suszka, *Twoje życie. O życiu, rodzinie, małżeństwie, płciowości, miłości. Rozmowy z dziewczyną*, Poznań 1991, s. 153.

<sup>15</sup> M. Bonnet, *Związki miłosne między kobietami od XVI do XX wieku*, przeł. B. Szwarcman-Czarnota, Warszawa 1997, s. 267.

<sup>16</sup> *Ibidem*, s. 261-263.

na czymś zupełnie odmiennym. Nie wiąże bowiem poradnictwa ze wspomnianymi wyżej propozycjami „wsparcia”, a tym bardziej z postulowanymi przez pravicowe bojówki hasłami „Homosexy wszystkich krajów leczcie się”, czy wręcz „Cyklon B – jedyna skuteczna terapia dla lesb i pedałów”<sup>17</sup>.

### 3. ... do rzeczywistej pomocy

Lesbijki – tak jak wszyscy inni ludzie, niezależnie od płci, wieku, statusu socjo-ekonomicznego, poziomu wykształcenia czy orientacji psychoseksualnej – przeżywają trudne lub nawet kryzysowe sytuacje i powinny mieć możliwość udania się ze swoimi problemami do specjalistów. Jednak lesbijka szukająca w Polsce pomocy psychologicznej musi liczyć się z tym, że zostanie potraktowana jak osoba niepoczytalna, będzie przekonywana o tym, że powinna leczyć się z homoseksualizmu, może nawet zostać skierowana do szpitala psychiatrycznego. Często niestety zdarza się tak, że głównych przyczyn jej problemów terapeuci upatrują w jej orientacji, nie w homofobicznym nastawieniu społeczeństwa<sup>18</sup>. Niektórzy terapeuci czy doradcy mogą też początkowo deklorować swoją tolerancję i akceptację, by w pewnym momencie rozpromienić się np. na wieść o podejmowaniu przez klientkę prób wchodzenia w związki heteroseksualne, w ten sposób dowartościowują związki heteroseksualne, a degradowują homoseksualne. Może to być związane z ich nieuświadomionymi uprzedzeniami i ukrytym programem terapii. Początkowe deklaracje akceptacji mogą też być sposobem na uzyskanie zaufania klientki, by łatwiej było nią manipulować.

Niestety w naszym kraju nadal popularne są pomysły na „leczenie z homoseksualizmu”; przez znanych polityków zapraszani są do Polski, w tym np. na obrady sejmiku, „wyleczeni” i leczący innych geje, są oni także bohaterami artykułów prasowych i reportaży telewizyjnych. Szczególnie modna jest metoda Richarda Cohena, którą stosuje np. lublińska grupa „Odważa”<sup>19</sup>. Metoda ta opiera się m.in. na celibacie, ćwiczeniach fizycznych, medytacji, modlitwie, diecie i masażu terapeutycznym, a praca nią trwa od roku do trzech lat. Sam Cohen uważa, że „każdy, kto doświadcza skłonności do osób tej samej płci, jest tak naprawdę heteroseksualny, tylko zatrzymał się na

<sup>17</sup> Hasła takie wykrzykiwane są przez Młodzież Wszechpolską i jej zwolenników podczas Manif oraz parad i marszów równości.

<sup>18</sup> „Niestety wielu konserwatywnych terapeutów utrzymuje, że homoseksualizm jest nienormalny. Zdarza się wielu terapeutów homofobicznych i nierzadkie są przypadki nadużyć podczas psychoterapii. Terapeuci mogą chcieć »leczyć« nas z naszej orientacji, doszukiwać się jej przyczyn, tłumaczyć wszystkie nasze problemy homoseksualizmem, wyjaśniać nam, dlaczego jesteśmy, kim jesteśmy, twierdzić, że homoseksualizm jest chorobą. Kontakt z taką osobą może być niezwykle bolesny i raniący, zwłaszcza że trafiamy do niej, poszukując wsparcia w trudnej sytuacji emocjonalnej” – *Nasze ciała, nasze życie*, Gdańsk 2004, s. 228.

<sup>19</sup> Zob. „Sięgać Wysoko. Z o. Mieczysławem Koźuchem SJ, psychologiem i psychoterapeutą, związanym z Grupą »Odważa«, rozmawiają Katarzyna Jabłońska i Cezary Gawryś”, [w:] *Męska rozmowa. Chrześcijaństwo a homoseksualizm*, red. K. Jabłońska, C. Gawryś, Warszawa 2003, s. 133-146.

wczesnym etapie rozwoju psychoseksualnego. Po odkryciu i uzdrowieniu przyczyn tego zatrzymania oraz spełnieniu niezaspokojonych potrzeb, osoba taka doświadczy identyfikacji z własną płcią i pojawi się u niej pragnienie heteroseksualne<sup>20</sup>. Za „uleczoną” uznaje się osobę, która wykazuje zachowania heteroseksualne, nikt jednak nie wnika w jej pragnienia i potrzeby.

W Polsce nie istnieją ośrodki specjalizujące się w udzielaniu wsparcia osobom zorientowanym homoseksualnie; są natomiast miejsca, o których wiadomo, że pracujący tam psycholodzy i pedagodzy, są homofilni<sup>21</sup>. Są też organizacje gejowsko-lesbijskie, które zajmują się między innymi pomocą psychologiczną. Np. przy Stowarzyszeniu Lambda działa telefon zaufania dla gejów i lesbijek, który prowadzi zespół przeszkolonych wolontariuszy, raz w tygodniu przy telefonie dyżurują członkowie Ekumenicznej Grupy Lesbijek i Gejów Chrześcijan „Berith”.

Przy Stowarzyszeniu Lambda w Warszawie działa także grupa wsparcia dla kobiet „Gennema”. Kilka razy w miesiącu w siedzibie stowarzyszenia przyjmują także „psychologowie i psychoterapeuci (kobieta i mężczyzna)”, na rozmowy trzeba się wcześniej umawiać<sup>22</sup>.

Bezpłatne konsultacje psychologiczne udostępnia także Kampania Przeciw Homofobii w Warszawie<sup>23</sup>. Natomiast w oddziale KPH w Trójmieście od kwietnia 2005 roku prowadzona jest grupa wsparcia dla lesbijek i kobiet biseksualnych<sup>24</sup>.

Pomoc profesjonalna w sytuacji lesbijek jest obecnie niedostateczna i często nieodpowiednia, dlatego też znacznie bardziej efektywna bywa pomoc nieprofesjonalna, tzn. pomoc, jakiej lesbijkom udzielają inne lesbijki, te spotykane na co dzień, znajome i przyjaciółki, a także osoby poznane w Internecie. Swoiste nieformalne grupy wsparcia tworzą się na lesbijskich portalach i czatach. W grupy łączą się także lesbijki prowadzące własne blogi. W końcu, lesbijki szukają oparcia u partnerek, znajomych, rodziny. Istnieją jednak problemy, w których rozwiązaniu konieczna jest pomoc profesjonalistki/profesjonalisty\*.

#### 4. Jak powinno funkcjonować poradnictwo dla lesbijek?

Don Clark w swojej książce *Lesbijki i geje. Jak ich kochać* używa terminu specjalista „o profilu lesbijsko-gejowskim” (*gay-oriented*). Jest to profesjonalista,

który to, że kobieta jest lesbijką bądź mężczyzna gejem, ceni prawdziwie, niezależnie od tego, czy sam w jakimkolwiek okresie swojego życia przenosi swoje uczucia homoerotyczne, czy nie. Jest to profesjonalista, który doświadczył ucisku wspólnego innym lesbijkom i gejom, rozumie,

<sup>20</sup> R. Cohen, *op. cit.*, s. 54.

<sup>21</sup> Za takie miejsce uznaje się np. poradnię Towarzystwa Rozwoju Rodziny.

<sup>22</sup> <http://warszawa.lambda.org.pl/?go=kontent/dlaciebie/les.html>

<sup>23</sup> <http://www.kampania.org.pl/psycholog.php>

<sup>24</sup> <http://www.neww.org.pl/pl.php/news/news/1.html?&nw=881&re=3>

\* Zachowano oryginalny zapis proponowany przez Autorkę (REDAKCJA).

jaki to ma wpływ na psychodynamiczny rozwój człowieka, i potrafi uczcić fizyczne wyrażanie lesbijskich czy gejowskich uczuć, gdy zachowane jest przy tym poczucie szacunku do siebie.

Zadaniem profesjonalisty o profilu lesbijsko-gejowskim jest pomaganie klientce lub klientowi w stawianiu się bardziej sobą, a to oznacza pomaganie lesbijce w stawianiu się jeszcze bardziej lesbijką, a gejom w stawianiu się jeszcze bardziej gejem i docenianiu tego w jeszcze większym stopniu. Profesjonalista o profilu innym niż lesbijsko-gejowski (choć sam w życiu prywatnym może być zaangażowany homoseksualnie) tożsamości lesbijskiej bądź gejowskiej nie docenia jako daru i najprawdopodobniej w subtelny sposób będzie wzmacniał ukryty pogląd, że – nawet jeśli być lesbijką lub gejem to „nic złego” – heteroseksualność jest lepsza<sup>25</sup>.

Profesjonalista/Profesjonalistka, chcąc pracować z lesbijkami, powinien/powinna:

1. Znać środowisko lesbijskie. Znać miejsca spotkań, kluby, organizacje gejowsko-lesbijskie, wiedzieć o telefonach zaufania, grupach wsparcia, poradniach itp. przeznaczonych dla lesbijek.
2. Znać aktualną sytuację osób homoseksualnych w Polsce, wiedzieć, z jakimi problemami społecznymi muszą się zmagać.
3. Posiadać wiedzę dotyczącą homoseksualizmu, społecznych stereotypów i uprzedzeń.
4. Mieć świadomość własnych uprzedzeń i przekonań homofobicznych, wiedzieć, skąd się biorą, i pracować nad nimi.
5. Czuć się dobrze w towarzystwie lesbijek.
6. Wiedzieć, z jakimi specyficznymi problemami borykają się lesbijki.
7. Mieć świadomość swoich uczuć homoseksualnych, nie odrzucać ich.
8. Zdawać sobie sprawę z przeżywanych przez siebie emocji i umieć poinformować o nich klientkę.
9. Całkowicie akceptować klientkę.
10. Okazywać empatię, umieć słuchać.
11. Oferować, a nie narzucać pomoc.
12. Nie informować innych o orientacji psychoseksualnej klientki.

Mniej istotna jest orientacja psychoseksualna doradcy/doradczynie, choć można założyć, że lesbijkom łatwiej będzie pracować z kobietą, lesbijką. Wiedza o orientacji seksualnej doradcy/doradczynie pomaga klientce w otwarciu się, ponieważ wiąże się z wiarą, że nie dojdzie do prób „leczenia”. W przypadku kiedy doradca/doradczynie nie jest zorientowany/a homoseksualnie, może jej mu przeszkadzać syndrom irracjonalnego podejrzenia<sup>26</sup>. Problemem dla samych klientek może być pokonywanie nieufności do osoby heteroseksualnej, która przecież nie doświadcza tego, co one.

<sup>25</sup> D. Clark, *Lesbijki i geje. Jak ich kochać*, przeł. J. Jaworski, Warszawa 1995, s. 162.

<sup>26</sup> Syndromem irracjonalnego podejrzenia Katarzyna Adamska nazwała „zjawisko często bezpodstawnego domniemywania o czyjejś orientacji homoseksualnej na podstawie m.in. homofilnego stosunku tej osoby do lesbijek i gejów, zajmowania się przez nią zagadnieniem homoseksualności (nawet jeśli robi to zawodowo), utrzymywanie kontaktów z lesbijkami i/lub gejami” – K. Adamska, *Ludzie obok. Lesbijki i geje w Polsce*, Toruń 1998, s. 86.

Pracując z lesbijkami doradca/doradczynie musi mieć świadomość, że:

- Lesbijka nauczyła się czuć inną.
- Lesbijka nauczyła się nie ufać swoim uczuciom, ponieważ z otoczenia czerpała informacje, że jej uczucia są niewłaściwe i złe.
- Lesbijka może mieć zmniejszoną świadomość uczuć.
- Lesbijka doświadcza ataków na siebie.
- Lesbijka czuje się samotna i obawia się utraty miłości, jeśli ujawni swoją tożsamość<sup>27</sup>.

Terapia powinna rozpocząć się od uzgodnienia przez klientkę oraz doradcę/doradczynie, „co rozumieją przez poprawę czy też wyleczenie, czyli ustaleniem – jak w każdym kontrakcie terapeutycznym – wspólnego i jasnego dla obydwu stron celu terapii”<sup>28</sup>. Do głównych zadań doradcy/doradczynie w pracy z lesbijką będzie należało: przygotowanie do *coming outu*, pomoc w zaakceptowaniu siebie, pokonaniu zinternalizowanej homofobii, pomoc w radzeniu sobie z homofobią otoczenia.

### Przygotowanie do *coming outu*<sup>29</sup>

W pracy terapeutycznej przygotowanie do *coming outu* – rozumianego jako ujawnienie się przed samym sobą, życzliwe przyjęcie do świadomości faktów dotyczących własnej tożsamości oraz gotowość dzielenia się swym doświadczeniem z innymi osobami – postrzegane jest jako jeden z elementów na drodze do zaakceptowania samego siebie i swojej indywidualności<sup>30</sup>.

Tymczasem podjęcie decyzji o ujawnieniu wiąże się z silnym lękiem przed odrzuceniem. Lesbijki znają opowieści innych lesbijek o ich doświadczeniach, wiedzą, że te zostały wyrzucone z domu, z pracy, że odsunęli się od nich znajomi lub że straciły partnerki, które nie były gotowe na *coming out*, wołały więc unikać podejrzeń. Dlatego, zanim zaczną się ujawniać, powinny mieć pewność, że naprawdę czują się lesbijkami i nie dadzą się namówić na próby „leczenia”, powinny czuć się dobrze ze swoją seksualnością, mieć poparcie w osobach bliskich oraz nastawić się na to, że proces ujawniania się może być długi i nieprzyjemny, uzbroić się w cierpliwość.

Rob Eichberg wyróżnia trzy fazy *coming outu*. W **fazie osobistej** osoba zorientowana homoseksualnie zmagą się ze swoimi pragnieniami. Czuje złość na siebie lub smutek, nie akceptuje swojej homoseksualności. Jest to faza związana z lękiem przed ujawnieniem i w ogóle przed jakimikolwiek kontaktami z ludźmi. Kończy się zaakceptowaniem siebie. **Faza prywatna** polega na stopniowym ujawnianiu się przed

<sup>27</sup> D. Clark, *op. cit.*, s. 312-314.

<sup>28</sup> A. Długołęcka, *op. cit.*, s. 188.

<sup>29</sup> Chodzi mi o świadomie podjętą decyzję o wyjawieniu swojej tożsamości, nie sytuację, w której np. matka znajduje w rzeczach córki list miłosny, książkę o tematyce lesbijskiej, czyta jej pamiętnik lub zostaje poinformowana o orientacji córki nocnym telefonem.

<sup>30</sup> A. Engel-Bernatowicz, A. Kamińska, *Coming out. Ujawnienie orientacji seksualnej – zaproszenie do dialogu*, Warszawa 2005, s. 30.



innymi. Osoby, przed którymi warto się ujawnić, są starannie dobierane. Bywa, że ujawniająca się osoba spotyka się z negatywnymi reakcjami bliskich, ważne jest, by nie uznała ich za potwierdzenie swojej decyzji o nieujawnianiu się, tylko próbowała dalej. Ostatnią fazą jest **faza publiczna**, w której orientacja psychoseksualna nie jest już czymś, co trzeba ukrywać, jest integralną częścią osobowości<sup>31</sup>. Jest to także przejście od homoseksualistki do lesbijki, czyli do kobiety o orientacji homoseksualnej, która jest świadoma siebie i dumna. Ważnym zadaniem doradcy/doradczynie na tym etapie pracy z klientką jest bezpieczne przeprowadzenie jej od fazy osobistej do fazy publicznej, wspieranie jej w tej drodze i pomaganie w radzeniu sobie z ewentualnymi porażkami.

Nie wszystkie lesbijki decydują się na pełne ujawnienie, dla niektórych lepszym wyjściem okazuje się częściowe odkrycie<sup>32</sup>. Peter Davies wyróżnia dwa modele częściowego wyjścia z ukrycia – fragmentaryzację i porozumienie. Fragmentaryzacja polega na podziale życia na obszary, w których ukrywa się lub ujawnia swoją orientację psychoseksualną (np. lesbijka jest ujawniona przed znajomymi z pracy, ale nie przed rodziną). Porozumienie to ujawnienie się przed wybranymi ludźmi przy jednoczesnym zobligowaniu ich do utrzymania tajemnicy (np. powiedzenie rodzeństwu, ale nie rodzicom)<sup>33</sup>.

Zadaniem doradcy/doradczynie będzie też przygotowanie lesbijki na reakcje, z którymi może spotkać się po ujawnieniu. Świadomość, że nie wszyscy będą reagować pozytywnie, a także umiejętność zachowania dystansu może być bardzo pomocna w przejściu przez *coming out*. Ważne jest też uświadomienie klientce, że *coming out* nie rozwiąże automatycznie wszystkich jej problemów.

### **Pomoc w radzeniu sobie z homofobią otoczenia**

W polskim społeczeństwie istnieje mnóstwo stereotypów i uprzedzeń dotyczących osób zorientowanych homoseksualnie. Z tych, które dotyczą kobiet, wynika, że „typowa lesbijka”:

- jest sfrustrowana i nieszczęśliwa,
- nie jest atrakcyjna dla mężczyzn,
- nienawidzi mężczyzn,
- nie akceptuje swojej kobiecości,
- nie jest „prawdziwą kobietą” – mąż, dzieci i rodzina nie są dla niej najważniejsze,
- nie potrafi utrzymać związku,

<sup>31</sup> R. Eichberg, *Ujawnij się. Prawda gejów i lesbijek*, przeł. M. Kucharska, W. Królikiewicz, Warszawa 1995, s. 51-55.

<sup>32</sup> Szczególnie w Polsce, gdzie osoby, które weszły w fazę publiczną *coming outu*, spotykają się często z objawami nietolerancji, dostają np. listy z pogróżkami.

<sup>33</sup> Za: D. Maja-Rosteck, *Mniejszość kulturowa w warunkach pluralizacji. Socjologiczna analiza sytuacji homoseksualistów polskich*, Wrocław 2002, s. 160.

- jest niespełniona seksualnie, wciąż porzuca i znajduje nowe partnerki albo
- jest oziębła,
- ubiera się jak mężczyzna, pełni role męskie<sup>34</sup>.

Homofobia to – zdaniem twórcy tego terminu Georga Weinberga – lęk przed bliskimi kontaktami z ludźmi homoseksualnymi. Za motywy homofobii Weinberg uznaje: wpływ religii, ukryty lęk przed ewentualnością własnego homoseksualizmu, egzystencję bez zastępczej nieśmiertelności, zagrożenie wartości oraz wypartą zazdrość, ponieważ dla osób zorientowanych homoseksualnie nie są ważne rzeczy, którym niektóre osoby zorientowane heteroseksualnie poświęcają całe swoje życie<sup>35</sup>. „Homofobia jest uprzedzeniem, a więc uwarunkowaną społecznie awersyjną postawą wobec gejów i lesbijek, opartą wyłącznie na ich przynależności do mniejszości homoseksualnej, ignorującą indywidualne cechy poszczególnych członków grupy”<sup>36</sup>. W wyniku działania homofobii lesbijki mogą spotkać się z różnymi przejawami wrogości – od napisów na ich temat na ścianach lub drzwiach domu, bloku, w którym mieszkają, przez obelgi, po pobicie, gwałt, a nawet morderstwo<sup>37</sup>. Mogą też z powodu swojej orientacji utracić pracę, szczególnie jeśli pracują z dziećmi lub młodzieżą.

Zadaniem doradcy/doradczynie jest więc pomoc w zrozumieniu mechanizmów powstawania stereotypów, a także pomoc w przezwycięzeniu lęku i niechęci oraz w nawiązywaniu satysfakcjonujących kontaktów z osobami heteroseksualnymi. To ostatnie zadanie wydaje się szczególnie trudne, ponieważ osoby zorientowane heteroseksualnie mogą, świadomie lub nie, prezentować postawy homofobiczne.

Lesbijki mogą także spotykać się z brakiem akceptacji ze strony własnej rodziny. Osoby zorientowane homoseksualnie są jedyną mniejszością, w której rodzice nie dzielają opresji jej członków<sup>38</sup>, toteż zazwyczaj nie mogą zwrócić się o pomoc do rodziców, ponieważ bywa, że to właśnie oni dyskryminują je i obrażają. Jeśli rodzice nie są świadomi orientacji psychoseksualnej córki, mogą ranić ją nieświadomie, wyrażając swoje negatywne opinie o homoseksualizmie jako zjawisku lub o konkretnych gejach lub lesbijkach. Mogą mówić, że gdyby to oni mieli zboczone dziecko, to by się go wyrzekli, byłoby im wstyd, umarliby. Mogą też życzyć dziewczynie znalezienia

<sup>34</sup> W pewien sposób stereotyp lesbijki łączy się ze stereotypem feministki, oba bowiem wyrażnie wychodzą poza schemat typowej kobiecości.

<sup>35</sup> G. Weinberg, *Ludzie zorientowani homoseksualnie w społeczeństwie*, przeł. J. Jaworski, Poznań 1991, s. 3.

<sup>36</sup> K. Bojarska-Nowaczyk, „Przejęte ciotki niemile widziane» – o homofobii gejów i lesbijek”, [w:] *Parametry pożądania. Kultura odmienców wobec homofobii*, red. T. Basiuk, D. Ferens, T. Sikora, Kraków 2006, s. 62.

<sup>37</sup> Są to tzw. zbrodnie nienawiści (ang. *hate crimes*) – zbrodnie popełniane z powodu przynależności ofiary do konkretnej grupy, np. osób czarnoskórych, kobiet, homoseksualistów.

<sup>38</sup> „W przypadku czarnoskórych i Żydów przynajmniej jedno z rodziców, a zazwyczaj oboje, należy również do tej samej grupy mniejszościowej. Lesbijka pochodzi najczęściej z rodziny heteroseksualnej” – J. Krestan, „Lesbijki – córki i matki”, [w:] *Podstawy feministycznej terapii rodzin*, red. L. Braverman, przeł. A. Tanalska-Dulęba, Gdańsk 2003, s. 117.

chłopaka, wyjścia za mąż, dopytywać o narzeczonego, dopominać się o wnuki, w ten sposób dowartościowują związek heteroseksualny i pokazują, że innej opcji nie biorą w ogóle pod uwagę. W przypadku, kiedy lesbijka dokonała przed rodzicami *coming outu*, mogą oni nie akceptować jej samej, jej orientacji psychoseksualnej, związku, w którym jest, jej partnerki. Zdarza się, że rodzice wyrzucają z domu dziewczynę, która mówi im o swojej orientacji lub, jeśli już z nimi nie mieszka, zrywają z nią wszelkie kontakty. Bywa także, że obrażają jej partnerkę, oskarżając ją o uwiedzenie i sprowadzenie na złą drogę. Są i tacy, którzy mszczą się na córce i jej partnerce, ujawniając ich orientację przed znajomymi lub w miejscu pracy. Równie raniąca jest pozorna akceptacja połączona z wyraźnym lękiem, żeby nikt się nie dowiedział (tu: dalsza rodzina, znajomi, sąsiedzi).

Rolą doradcy/doradczynie w takiej sytuacji jest pomoc w zrozumieniu motywów, którymi mogą kierować się rodzice, w wyrażeniu i przezwyciężeniu złości na nich. Ważna jest także praca z samymi rodzicami, dostarczenie im informacji na temat homoseksualizmu, zweryfikowanie tych, które posiadają, i pomoc w stworzeniu satysfakcjonujących relacji z córką. Ponieważ rodzice są często obarczani przez otoczenie winą za homoseksualizm dzieci, uważa się, że nie dość dobrze wypełniali swoje obowiązki rodzicielskie lub że sami są zorientowani homoseksualnie.

Na postawę rodziców może wpływać dominująca w Polsce religia katolicka, która odrzuca i potępia homoseksualizm jako zachowanie nieetyczne i niemoralne. Lesbijki, które są jednocześnie osobami wierzącymi, przeżywają więc konflikty wewnętrzne spowodowane sprzecznymi, niemożliwymi do pogodzenia pragnieniami. Przez współwyznawców uważane są za osoby grzeszne lub chore. Część z nich próbuje walczyć ze swoją orientacją lub wybiera życie w celibacie, gdyż akceptacja postaw religii wobec homoseksualizmu prowadzi do nieakceptowania swojej orientacji, inne odchodzą od wiary zupełnie lub oddzielają swoją wiarę od nauk Kościoła, skupiając się na Bogu.

W przezwyciężaniu postaw homofobicznych miały pomagać akcje Kampanii Przeciw Homofobii. Tymczasem akcja „Niech nas zobaczą” odbyła się tylko w Warszawie (bardzo krótko plakaty wisiały także w Krakowie), ponieważ zdjęcia trzymających się za ręce par jedнопłciowych zostały uznane za broń, przy pomocy której dewianci chcą opanować przestrzeń należącą do heteroseksualnej większości. Nieco skuteczniejsza była akcja „Jestem gejem, jestem lesbijką”, w ramach której od 13 listopada do 19 grudnia 2003 roku w dziewięciu miastach posiadających wyższe uczelnie odbyły się spotkania studentów z członkami KPH i zaproszonymi gośćmi<sup>39</sup>. W maju 2005 roku pierwszą „Poradnię Antyhomofobiczną” otworzyło w Warszawie Porozumienie Lesbijek<sup>40</sup>, Poradnia pojawiała się także w Toruniu, Bydgoszczy i Poznaniu<sup>41</sup>.

<sup>39</sup> Zob. <http://www.homoseksualizm.pl>

<sup>40</sup> Zob. [http://www.porozumienie.lesbijek.org/stop\\_homofobii\\_relacja.php](http://www.porozumienie.lesbijek.org/stop_homofobii_relacja.php)

<sup>41</sup> <http://www.porozumienie.lesbijek.org/kalendarium.php>; [http://www.free.art.pl/konsola/konsola.htm?aktualnosc\\_main.htm](http://www.free.art.pl/konsola/konsola.htm?aktualnosc_main.htm)

Niestety polska homofobia ma się bardzo dobrze. Może o tym świadczyć np. bezkarność przedstawicieli Młodzieży Wszechpolskiej, którzy podczas Marszu Tolerancji w Krakowie, Marszu Równości w Poznaniu oraz warszawskich Manif wznosili nawołujące do nienawiści hasła i obrzucali uczestników demonstracji kamieniami, butelkami lub jajkami, oraz spacyfikowanie poznańskiego Marszu Równości 2005. Przykładem homofobii politycznej jest również postępowanie Lecha Kaczyńskiego, który jako prezydent Warszawy przez dwa lata z rządu zabraniał organizacji w Warszawie Parady Równości, łamiąc tym samym konstytucyjne prawo do zgromadzeń.

### **Pomoc w zaakceptowaniu siebie i pokonaniu zinternalizowanej homofobii**

Lesbijka dorasta i żyje w homofobicznej kulturze, dlatego, choć może nie być tego świadoma, w niej także tkwią uprzedzenia i stereotypy,

zanim uświadomi sobie orientację homoseksualną – zazwyczaj w okresie dojrzewania, a niekiedy nawet później – bez przeszkód przesiąka mylnymi stereotypami i powiązanych z nimi negatywnymi ocenami dotyczącymi gejów i lesbijek, wyniesionymi z domu rodzinnego, kręgu rówieśniczego, ze szkoły, kościoła, mediów itd.<sup>42</sup>

Po odkryciu swojej orientacji psychoseksualnej może skierować homofobię na samą siebie, uznać, że ona i jej znajome/znajomi stanowią zdrową grupę „normalnych homoseksualistów” lub w końcu zaakceptować swoją orientację i odrzucić stereotypy. Jedynym sposobem na poradzenie sobie z własną homofobią jest poznanie i obserwowanie rzeczywistych lesbijek, przeanalizowanie stereotypowych wyobrażeń o lesbijkach, ich zachowaniach i uczuciach. Don Clark poleca spisanie tych uprzedzeń bądź wypowiedzenie ich w grupie lesbijek, przeanalizowanie ich i odpowiedzenie sobie na pytania: „Kto chciałby być taką osobą?”, „Czy ja chcę być taką osobą?”<sup>43</sup>. Jest to także sposób na uświadomienie młodym lesbijkom, że nie muszą przyjmować stereotypów i stawać się takimi, jakimi chciałoby je widzieć społeczeństwo.

Głównym problemem poradnictwa dla lesbijek jest brak otwartych, nieuprzedzonych, dobrze wyszkolonych doradców. W przygotowaniu zawodowym przyszłych doradców brakuje zagadnień związanych z homoseksualizmem lub też przedstawiane są one nierzetelnie. Jeśli temat taki się pojawia, studenci nie chcą dyskutować, traktują homoseksualizm jako zaburzenie, odrzucają własne pragnienia homoseksualne, reagują lękiem.

Odcinanie się od swoich uczuć związanych z ciałem i sferą seksualności, zaprzeczanie odczuciom i myślom homoseksualnym przez heteroseksualnych doradców (i odwrotnie) jest zarówno niebezpieczne (doradca nie wierzy sobie, zafałszowuje swoje doznania, obwinia klienta

<sup>42</sup> K. Bojarska-Nowaczyk, *op. cit.*, s. 64.

<sup>43</sup> D. Clark, *op. cit.*, s. 176.

itd.), jak i sprzeczne z zawodową postawą pomagającego – doradca bowiem nie jest kongruentny, tzn. wewnętrżnie zgodny<sup>44</sup>.

Teksty przeznaczone dla nauczycieli i doradców udostępniła na stronie akcji „Jestem gejem, jestem lesbijką” Kampania Przeciw Homofobii. Poruszane są w nich takie tematy, jak sposób rozmawiania z dziećmi o homoseksualizmie, informacje o tym, co nauka mówi o homoseksualizmie, co to są i skąd się biorą stereotypy itp<sup>45</sup>. Wydaje się jednak, że nauczyciele, wychowawcy, pedagodzy i doradcy niechętnie sięgają po tego typu wiadomości, niechętnie też pracują z osobami zorientowanymi homoseksualnie. Być może na razie, póki nie zostanie przeszkolone nowe pokolenie doradców, dobrym wyjściem będzie nie poradnictwo dla lesbijek, ale poradnictwo lesbijskie, grupy i spotkania indywidualne prowadzone dla lesbijek i przez lesbijki.

Styl życia lesbijek nie jest akceptowany. Od dzieciństwa uczą się, że są zбочzone, chore, że ich uczucia są złe. Do zwyczajnych, codziennych problemów dochodzi lęk przed ujawnieniem, przed dyskryminacją. Czasem lęk przed agresją ze strony innych. Skuteczne formy pomocy psychologicznej dla tych kobiet to podstawa przełamania stereotypów, które godzą w ich poczucie godności i własnej wartości.

Nie można jednak mówić jedynie o poradnictwie dla lesbijek, ponieważ prawdziwym problemem jest – czy raczej: prawdziwy problem ma – środowisko (w tym często też osoby oferujące profesjonalną pomoc), w którym żyją lesbijki. Potrzeba zmiany postaw społecznych, wyrabianie wrażliwości międzykulturowej, wypracowywanie refleksyjnego „stylu życia”, rzeczywistość – a nie deklarowana – tolerancja, otwartość, szeroko pojęta edukacja międzykulturowa od dawna są postulatami ruchów gejowsko-lesbijskich. Edukacja społeczeństwa wpływa na rozwój tolerancji, zmniejszenie wrogości i nieakceptacji homoseksualizmu.

Co do poradnictwa, to trzeba mu (i pracującym w poradniach doradcom i doradczyniom) stawiać coraz wyższe wymagania odnośnie umiejętności międzykulturowych, w tym: uwrażliwienia na specyficzne problemy grup mniejszościowych.

---

<sup>44</sup> E. Zierkiewicz, *O konieczności włączenia problematyki społeczno-kulturowej tożsamości płci i tożsamości nienormatywnych do zawodowego przygotowania pedagogów-doradców*, [w:] *Odmiany odmienia. Mniejszościowe orientacje seksualne w perspektywie gender*, red. T. Basiuk, D. Ferens, T. Sikora, Katowice 2002, s. 169.

<sup>45</sup> <http://www.homoseksualizm.pl/>

**BETWEEN "CURING HOMOSEXUALITY" AND SUPPORT IN  
ACHIEVING THE ACCEPTANCE OF OWN PSYCHOSEXUAL ORIENTATION.  
TOWARDS COUNSELING FOR LESBIANS**

Summary

Covert, implicit discrimination of lesbians takes place on different levels. The first is the very negation that lesbians exist. Next, it is believed that there are so few of them that it is a waste of time to take notice of them. In another one, it is accepted that there are lesbians in Poland but they are not discriminated against in any way. Yet another discrimination strategy assigns all negative stereotypes to lesbians.

If a lesbian is noticed, she might be considered to be an ill person and as such should be subject to treatment. However, the invisibility of lesbians includes also medicine, psychiatry and psychology. While male homosexuality and its origins have been widely discussed and theorized, lesbianism has been often disregarded. Still, lesbians, as all people, regardless of sex, age, socio-economic status, level of education or their psychosexual orientation, come across crisis situations and should have a possibility to consult a specialist.

Unfortunately, with a very few exceptions, Polish counselors' knowledge about psychosexual orientation, sex and sex-related social roles is very much out of date. A lesbian seeking psychological advice in Poland must be aware that she will be considered mentally ill and will be persuaded that she should undergo treatment to heal her sexuality. A psychologist will see her psychosexual orientation, rather than the attitude of the homophobic society, as the core reason of her problems. In my paper I intend to show how lesbians could or should be approached by therapists and to present necessary conditions a successful specialist helping gay men and women should fulfill.