

Homosexuell preferens och "coming-out"-processen

Lena Nilsson Schönnesson

Axel Brattberg

I föreliggande artikel avses med begreppet homosexualitet homosexuell preferens, dvs en vuxen individ är mer psykologiskt motiverad till att etablera en fysisk och emotionell relation till en person av samma kön än till det motsatta könet.

Artikeln belyser kortfattat dels olika forskningsinriktningar kring homosexualitet dels "coming-out" processen. Orsakerna till homosexualitet utgör en forskningsgren, men forskarna har inte kommit fram till en generell teori som förklarar homosexualitetens "ursprung". En annan infallsvinkel är ett eventuellt samband mellan homosexualitet och psykopatologi. Resultaten visar dock inte på någon entydig bild. Under senare år har forskningen fokuserats kring de homosexuellas psyko-sociala livssituation däribland "coming-out"-processen. "Coming-out"-processen, som innebär att en individ utvecklar en homosexuell identitet, går i olika takt för olika individer. Att "komma ut" betyder att i ökande grad bli medveten om sin homosexuella inriktning, att erkänna den för sig själv – och senare för andra – och att ta konsekvenserna av den på olika plan.

Lena Nilsson Schönnesson, fil dr samt leg psykolog, Landstingets Psykhälsa i Stockholm, en psykosocial mottagning för homo- och bisexuella män med HIV- och AIDS-relaterad problematik och deras anhöriga. Ordförande för Svensk Förening för Sexologi.

Axel Brattberg, neurolog, Akademiska sjukhuset, Uppsala. Medlem i RFSU's styrelse. Han har tillsammans med professor PO Lundberg, neurologiska kliniken vid Akademiska sjukhuset, under en serie år bedrivit såväl vetenskapligt som kliniskt arbete omkring olika sexologiska problemställningar.

När vi talar om homosexualitet är det nödvändigt att vi för det första gör klart för oss vad vi lägger in i begreppet sexualitet för att därmed bättre förstå homosexualitetens innersta väsen och innehåll, för det andra att vi klart definierar begreppet homosexualitet.

Eftersom vi vet att sexuellt beteende är av stor betydelse för de flesta människor räcker det inte med att enbart betona dess reproduktiva aspekt för att förstå och förklara det sexuella beteendets betydelse för den enskilda individen. Begreppet *sexualitet* har därför skapats för att fånga in de olika psykologiska faktorer som är av betydelse för förståelsen av mänskligt sexuellt beteende.

Hur vi definierar sexualitet är avhängigt en mängd faktorer, tex den personliga livshistorien, den religiösa och sociokulturella bakgrunden, typ av sexualupplysning. Ett exempel på hur vi kan definiera sexualitet är:

sexualitet är i sin vidaste bemärkelse den psykiska energi som tar sig fysiska och emotionella uttrycksformer i önskan om kontakt, sexuell driftstillfredsställelse, värme, närhet, ömhet och ofta kärlek.

Vi ser sexualiteten som en del av varje individs personlighet, där den erotiska akten är en del. Vår sexualitet är en integrering av vår kropp, våra emotioner och vårt intellekt. Sexuellt välbefinnande är den optimala integreringen av dessa aspekter.

Ordet *homosexualitet* är förhållandevis nytt. År 1869 myntades det av en ungersk författare, Karl Maria Benkert. Fem år tidigare hade Ulrich föresla-

Vi ser sexualiteten som en del av varje individs personlighet

git termen "uranismus" och han betraktade homosexuella som ett "tredje kön" (2). En intressant iakttagelse är, att när man talar om homosexualitet tycks det vara underförstått att man åsyftar manlig homosexualitet. Det förefaller inte råda lika starka negativa värderingar och fördomar mot homosexuella kvinnor. Beror det på att manlig homosexualitet av vårt fallocentriska samhälle uppfattas som ett större hot och/eller utmaning mot existerande normer än kvinnlig homosexualitet? Det förefaller som om de negativa attityderna gentemot homosexuella män delvis är förknippade med deras påstådda "femininitet". Indirekt leder det till en nedvärdering av "feminina" egenskaper; det "feminina", det kvinnliga betraktas som det oväsentliga, medan det "maskulina", det manliga ses som det väsentliga.

Låt oss gå vidare och titta på olika definitioner av homosexualitet. Vem skall betraktas som homosexuell? Inte allt för sällan åsyftar man med termen homosexuell en kvinna eller en man som frivilligt har sexuellt umgänge med personer av samma kön. Men skall definitionen inkludera individer som bara tillfälligtvis har sex med likakönade, eller de som i huvudsak är involverade i sexuellt umgänge med samma kön eller de som uteslutande har sex med personer av samma kön? Samtliga dessa definitioner delar upp människor i två grupper; heterosexuella och homosexuella. Kinsey och hans medarbetare insåg begränsningarna i denna dikotomisering och konstruerade därför sin 7-gradiga skala, den s.k. Kinsey-skalan*. Det som vi hittills har uppehållit

oss vid är det homosexuella beteendet, eftersom definitionerna enbart har tagit hänsyn till den erotiska dimensionen.

Men hur skall vi karaktärisera de kvinnor och män som har en stark fysisk och emotionell dragning (inklusive fantasier) till likakönade, men som av olika skäl inte kan, vill och/eller vågar engagera sig i en homosexuell akt? Är dessa individer homosexuella eller inte? För att få svaret på frågan måste vi ta i beaktande en annan viktig aspekt av den mänskliga sexualiteten, nämligen *den psykologiska motivationen*; den mänskliga sexualiteten innehåller många fler dimensioner av personligheten än enbart det sexuella beteendet i sig och/eller reproduktion. En sådan väsentlig dimension är kvaliteten i den interpersonella relationen.

Om vi beaktar den motivationella aspekten av vår sexualitet, kan vi inte referera till sexualitet i termer av sexuellt beteende utan i termer av sexuell preferens. Med *homosexuell preferens* åsyftas här, att en vuxen individ är mer psykologiskt motiverad att etablera en fysisk och en emotionell relation till en person av samma kön än till en person av det motsatta könet. Den psykiska attraktionen tar sig vanligtvis, men inte nödvändigtvis, fysiska uttrycksformer (6). Med homosexualitet avses här homosexuell preferens.

Hur många homosexuella människor finns det?

Homosexuella människor är i minoritet i samhället. Eftersom homosexualitet fortfarande stigmatiseras – mer eller mindre synligt – i de flesta samhällen, är det mycket svårt (för att inte säga omöjligt) att få en rättvisande siffra hur många homosexuella det finns i ett visst samhälle. Kinsey och hans medarbetare (4, 5) uppskattade att 4 procent av männen och 3 procent av kvinnorna var uteslutande homosexuella under sitt vuxna liv. Det bör noteras att dessa siffror var baserade på homosexuella handlingar, och inte på individernas definition av sig själva som homosexuella. Men Kinsey var övertygad om att de "riktiga" siffrorna kan vara så mycket som 5 % högre eller ännu högre. Under de senaste åren har man spekulerat i att antalet homosexuella kvinnor och män snarare uppgår till 10 procent av befolkningen.

*0=uteslutande heterosexuell; 1=huvudsakligen heterosexuell, tillfälligtvis homosexuella erfarenheter; 2=huvudsakligen heterosexuell men mer än enbart tillfälliga homosexuella kontakter; 3=både heterosexuell och homosexuell; 4=huvudsakligen homosexuell men mer än enbart tillfälliga heterosexuella kontakter; 5=huvudsakligen homosexuell men tillfälligtvis heterosexuella erfarenheter; 6=uteslutande homosexuell.

.....
Olika psykologiska symtom behöver inte nödvändigtvis vara kopplade till homosexualiteten i sig, utan snarare vara en konsekvens av dess minoritetsstigma.
.....

Olika forskningsinriktningar

Orsakerna till homosexualitet har varit fokus för mycken forskning. Trots över 50 års forskning, där såväl genetiska, hormonella som psykologiska teorier har prövats, har forskarna inte kommit fram till en generell teori som förklarar homosexualitetens "ursprung" (7). De olika förklaringar till homosexualitet som presenterats har i de allra flesta fall använts för att förtrycka homosexuella.

En annan forskningsinriktning har varit sambandet mellan homosexualitet och *psykopatologi*. I den kliniska litteraturen är den traditionella synen att homosexualitet alltid är ett tecken på psykopatologi, som helst bör botas på ett eller annat sätt. Företärarna för den psykopatologiska etiketteringen av homosexualitet grundar sina argument på tre förklaringsmodeller: 1. homosexualitet är en avvikelse från den biologiska normen; 2. homosexualitet är en följd av ett stort föräldra-barn förhållande samt 3. psykodynamiska studier av homosexuella visar "alltid" att de är djupt störda individer (6). Det bör observeras, att många studier kring homosexuellas psykiska funktionsnivå har baserats på kliniska material, från vilka sedan generaliseringar om dessa individers sämre psykiska funktionsnivå har dragits till att omfatta homosexuella i gemen. Det är först på 1970-80 talen som forskare har börjat studera icke-kliniska grupper av homosexuella. Resultaten visar dock inte på någon entydig bild (6); vissa studier har funnit skillnader mellan hetero- och homosexuella individer med avseende på psykisk funktionsnivå medan andra inte har gjort det. Vi vill här understryka, att olika symptom inte nödvändigtvis behöver vara kopplade till homosexualiteten i sig, utan snarare vara en konsekvens av dess minoritetsstigma.

Det är först under senare år som forskningen har

övergått till att beskriva homosexuellas *psyko-sociala situation*. Vi kan här urskilja två forskningslinjer, vilka dock är intimt förknippade med varandra; dels studier som beaktar omgivningens förtryck och negativa inställning till homosexuella kvinnor och män dels studier vars fokus är den homosexuella subkulturen och "coming-out" processen. Den senare innebär att en individ utvecklar en homosexuell identitet ("jag är lesbisk", "jag är bög"). Det är viktigt att komma ihåg, att en homosexuell preferens inte ipso facto innebär att individen ifråga har en homosexuell identitet.

Coming-out processen

Begreppet "coming'out", som numera är en vedertagen term, har sitt ursprung i den amerikanska gay-rörelsen, i uttrycket "out of the closet, into the street". Detta uttryck har varit, och är delvis fortfarande, ett sexualpolitiskt slagord. Det innebär en uppmaning till alla homosexuella att sluta gömma sig, och istället stå upp och visa sig och stå för sin sexualitet och sin förmåga till kärlek. "The closet" symboliserar offentliga toaletter, vissa parker, hamnkvarter och andra undanskymda miljöer, som traditionellt har fungerat som mötesplats för homosexuella män. Att bryta en sådan tradition, och i stället söka sig en partner och visa sig med denne i full offentlighet, blir ett brott mot rådande förtryckande normer och ett led i självbefrielsen.

Ur individualpsykologisk synpunkt handlar det framför allt om att bryta känslan av utanförskap och isolering, att visa sig och bli sedd som den man är, och respekterad som sådan. Grunden för detta behov är homosexualitetens frånvaro som offentligt kulturfenomen. Samhället erbjuder inga mallar eller referensramar för homosexuella personer. I den mån homosexualiteten över huvud taget syns har den alltid en karaktär av något särskilt eller något ovanligt eller något konstigt – eller kanske

.....
Samhället erbjuder inga mallar eller referensramar för homosexuella personer.
.....

perverst, sjukt eller syndigt. Homosexualitet ingår inte som en självklarhet i vardagliga sammanhang.

Begreppet "coming-out" står således för den process som innebär att komma till klarhet om sin homosexuella preferens och bryta sin isolering. Om vi vill kunna förstå homosexuella människor är det viktigt att ha kunskap om grunddragen i denna process, eftersom olika stadier har sina specifika karaktäristika och mer eller mindre färger en individs relationer, reaktioner och kriser.

Vanligen är det under pubertetsåren som utanförkänslan blir medveten – först vagt, efterhand allt tydligare. Individen är inte intresserad av det motsatta könet på samma sätt som sina jämnåriga, och märker att hon/han på något vis är annorlunda. Eftersom pubertetstiden i sig är förvirrande och kaotisk liksom att sexuella kontakter inom könen är vanliga under denna period, kan det för individen vara svårt eller t o m omöjligt att urskilja en uppvaknande homosexuell inriktning. Det faktum att hela samhället är starkt heterosexuellt indoktrinerande, bidrar också till att homosexualiteten för den homosexuelle inte finns psykiskt tillgänglig som en möjlighet. En konsekvens av dessa förhållanden är, att en ung homosexuell saknar ord och begrepp för att kunna beskriva och förstå sig själv, intellektuellt bearbeta sina känslor och integrera dem. Resultatet blir att delar av den känslomässiga mognaden fördröjs.

Efterhand ökar emellertid medvetenheten, individen snappar upp kunskapsfragment överallt där de står att finna. En dag träffar hon/han kanske en annan homosexuell person – blir förälskad eller förförd eller slumpen spelar en i händer. Denna första homosexuella kontakt kan individen identifiera som sådan och även identifiera sin egen aktiva roll i det som hänt. Individen har då tagit ett steg i sin "coming-out" process. Men hon/han kan också av olika skäl välja att förneka upplevelsen eller åtminstone sitt eget ansvar för densamma. Så kan individen fortsätta, kortare eller längre tid – en del personer hela sitt liv – att ha isolerade homosexuella upplevelser, samtidigt som hon/han i huvudsak utformar sitt liv efter helt andra riktlinjer, t ex gifter sig och bildar familj.

Om "coming-out" processen däremot fortsätter,

kan nästa steg innebära att individen mera aktivt och medvetet söker kontakt med andra homosexuella, t ex via kontaktannonser, på offentliga träffställen för homosexuella eller homosexuellas föreningar och organisationer. Ett sådant steg förutsätter en högre grad av medvetenhet och egen aktivitet och ett större ansvarstagande för de egna behoven. Samtidigt innebär det att individen lär känna ett flertal andra homosexuella personer och bygger upp vänskapliga, inte nödvändigtvis sexuella, relationer med dem. Den tidigare känslan av utanförskap och isolering kan här slå över i sin motsats – den nya gemenskapen ger en identitet- och självkänsloupplevelse som individen aldrig erfarit tidigare. Det är ungefär som för HC Andersens lilla fula ankunge, när den äntligen finner sina gelikar – svanarna!

Problemet är dock att Eventyrets svanar av samhället i stort är accepterade, medan homosexuella, även i sin gemenskap, fortfarande befinner sig i en utsatt position i förhållande till sin omgivning.

"Coming-out" processen stannar därför ofta upp en tid på detta stadium eller blir kanske där resten av livet. Många homosexuella bygger upp två umgängeskretsar, delar sitt liv i två sociala sfärer – en privat där individen är homosexuell bland likasinnade, och en "social" där hon/han lever sitt övriga liv – arbetar, odlar hobbies, håller kontakten med släkt och vänner. Denna typ av dubbellivsmönster möter man ofta hos homosexuella, och de människor de har kontakt med kan indelas i sådana som "vet" och sådana som "inte vet".

Att komma vidare i "coming out" processen innebär framför allt att vidga kretsen av "sådana som vet". Utgöres dessa från början enbart av homosexuella personer är första steget att anförtro sig åt någon heterosexuell. I allmänhet blir det någon närstående, i första hand kanske modern, men även syskon eller andra anhöriga, och då hellre kvinnor än män. Homosexualitet, speciellt manlig sådan, tycks nästan alltid vara mycket mindre provocerande för kvinnor än för män. De viktigaste personerna i den fortsatta "coming-out" processen är emellertid föräldrarna. Hur de mottar och reagerar på förtroendet påverkar ofta den fortsatta processen. Reaktionerna varierar naturligtvis mycket; från ett omedelbart accepterande till ett förskjutande för all

framtid och vanligen inträffar det en kris inom familjen. Även de anhöriga måste ha sin tid för bearbetning, och efter något eller några år har flertalet homosexuella ett gott stöd från sin familj.

Att komma ut inom familjen brukar så småningom följas av en ökad öppenhet mot andra anhöriga och vänner, om detta inte skett redan tidigare. Med familjens och de homosexuella vännernas stöd brukar processen förlöpa mindre dramatiskt.

Nästa led i processen är studiekamrater, arbetskamrater och liknande personer som individen har en mera formellt definierad kontakt med. Hur öppen är individen beredd att vara gentemot dem? Här väljer homosexuella personer mycket olika. Många anser, att detta hör till privatlivet och skall bevaras som en hemlighet, medan andra är helt öppna om sin homosexuella preferens.

Att "komma ut" betyder således att i ökande grad bli medveten om sin homosexuella inriktning, att erkänna den för sig själv – och senare för andra – och att ta konsekvenserna av den på olika plan. Processen går i olika takt för olika personer, den innehåller olika grad av problem, utformar sig efter vars och ens speciella förutsättningar, och blir, skulle vi vilja säga, egentligen aldrig avslutad. Den homosexuelle minns hela livet sina första vaga känslor och impulser, behovet av att dölja dem, och den rädsla hon/han kände. Även om individen så småningom lyckas komma mycket långt i brytandet av utanförkänslan, så finns rädslan ändå kvar någonstans i djupet och kan lätt aktiveras i en provocerad situation. Kanske är det så att denna känsla av utanförskap finns grundad långt tidigare än i puberteten. Många homosexuella kan berätta att de känt sig utanför redan som barn, att det varit något särskilt med dem, att de inte varit som "vanliga flickor och pojkar". Framför allt handlar det då om att de haft ett i något avseende ovanligt mönster i sitt sätt att välja lekkamrater och att vara tillsammans och leka med dem.

Ett vanligt mönster bland homosexuella är att flytta till annan ort, gärna långt hemifrån och till en större stad, då de bryter upp från föräldrahemmet. Detta har ofta en "coming-out" befrämjande funktion – barndoms- och uppväxtmiljön upplevs ofta som hotfull och belastad i detta sammanhang och

Homosexuella personer kan eller får inte betraktas som en homogen grupp.

"omöjlig" att öppna sig inför. I en ny miljö kan man lättare börja på nytt och utvecklas efter sina egna förutsättningar, särskilt i skydd av en större stads relativa anonymitet. Möjligheten att träffa andra homosexuella är också större på sådana orter.

"Coming out" processen som fenomen är givetvis inte ny, men den har formulerats och blivit tydlig under de senaste decennierna. Bland annat har den funnits som en grundläggande tanke i de olika gay-rörelsernas ideologier. Dessa i sin tur bygger på den allmänna tendensen i västerlandet, i modern tid, att hylla individuell frigörelse och självförverkligande som ett ideal och en förutsättning för mänskligt välbefinnande. Olika samhällen har emellertid varit olika beredda att acceptera denna öppenhet. I USA kan man tex se hur gay-rörelsen etablerat ett antal starka fästen i vissa storstäder. Den har därigenom fått många medlemmar och blivit slagkraftig, men samtidigt åstadkommit en segerregering och kanske en ökad polarisering i samhället i stort.

Erfarenheten visar att den viktigaste enskilda faktorn för att en homosexuell person skall få en positiv utveckling är den personliga kontakten med andra homosexuella(3). För icke homosexuella gäller det, att den bästa kunskapen om homosexualitet fås i direkt kontakt med människor som är homosexuella. I detta perspektiv vore det önskvärt, att homosexuella visade sig mera fritt och öppet "överallt" – inte bara i storstäderna. De behövs som identifikationsmodeller för de unga människor, som börjar bli varse sin homosexuella preferens, eftersom de växer upp i heterosexuella familjer och där omges av heterosexuella rollmodeller. För den heterosexuella behövs de som kunskapspridare.

Avslutningsvis vill vi betona, att homosexuella inte kan, eller får betraktas som en homogen grupp. Det finns skillnader inom den homosexuella befolkningen, liksom inom den heterosexuella, vad gäller alla tänkbara aspekter av mänskliga behov och

egenskaper. Alltför ofta dras alla homosexuella över en kam, och de bedöms och döms utifrån könet på deras kärlekspartner. Vi stirrar oss blinda på partnerns könsorgan och glömmer bort kvaliteten i relationen och andra väsentliga aspekter hos individen.

REFERENSER

1. Coleman E: Developmental Stages of the Coming-out Process. *Journal of Homosexuality* 1982; 7: 31–34.
2. Hertoft P: Om falske homosexualitetsteoriens fatale konsekvenser 1869–1985. *Nordisk Sexologi* 1986; 2: 50–62.
3. Håkansson P-A: Det okända och förbjudna. Undersökningsrapport i Homosexuella och samhället SOU 1984: 63.
4. Kinsey A., Pomeroy W. and Martin C: *Sexual Behavior in the Human male*. Philadelphia: Saunders W. B., 1948.
5. Kinsey A., Pomeroy W., Martin C. and Gebhard P: *Sexual Behavior in the Human Female*. Philadelphia: Saunders W. B., 1953.
6. Nilsson Schönnesson L: *The Relationship between Homosexuality and Psychological Functioning in a Perspective of Personality Types*. Stockholm: Almqvist & Wiksell International, 1983.
7. Nilsson Schönnesson L: *Guidelines on Certain Aspects of Homosexuality. Aspect of Family Planning and Sexuality Module 7*. WHO European Regional Office, Copenhagen, 1985.

AIDS – individ och samhälle, beteenden och attityder

I detta temanummer av *Socialmedicinsk tidskrift* (5–6/87) återges sociala och psykologiska perspektiv på HIV-epidemin.

Ur innehållet:

Bi Puranen: Risker och rötter

Anders Annell: Psykologiska faktorer kring HIV-test

P C Jersild: Ryktet smittar

Bo Lewin: När förändras sexuella beteenden?

Sven-Axel Månsson: Vad vet vi om könsköparna?

Bengt Brorsson: Kunskapsläge och attityder i befolkningen: Information som medel mot AIDS

Hans Lohmann: Leva "optimistiskt" eller med sund respekt för faran?

Joachim Israel: Sjukdom och social kontroll

Nils Bejerot: AIDS – handlingsförklaring eller epidemibekämpning?

Numret kan rekvireras från

Socialmedicinsk tidskrift
Färjestadsvägen 18
161 54 Bromma