

Mgr Piotr Olesiński

Instytut Psychologii, Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu,  
Institute of Psychology, Adam Mickiewicz University, Poznan

## RELACJA INTYMNA OSÓB HOMOSEKSUALNYCH ORAZ TRUDNOŚCI W JEJ NAWIĄZYWANIU I UTRZYMANIU

Celem niniejszego artykułu jest przedstawienie specyfiki homoseksualnej relacji intymnej oraz wyzwań istotnych dla osób należących do mniejszości seksualnej wpływających na umiejętność tworzenia satysfakcjonujących związków miłosnych i wynikających z nich uwarunkowań samotności. Artykuł skupia się na takich zagadnieniach jak: niemożliwość zawierania związków małżeńskich, rozwój tożsamości psychoseksualnej, dyskryminacja społeczna. Różne pozytywne i negatywne aspekty życia specyficzne dla osób homoseksualnych istotne dla relacji intymnej zostaną omówione przez pryzmat ich znaczenia dla trzech czynników miłości wg Sternberga: namiętności, bliskości i zobowiązania.

**Słowa kluczowe:** miłość, homoseksualizm, relacja intymna, samotność, coming out

### WPROWADZENIE – ZNACZENIE BLISKICH ZWIĄZKÓW W ŻYCIU CZŁOWIEKA

W niniejszym artykule przedstawiona zostanie problematyka związana zarówno ze specyfiką związków jednopłciowych jak i z trudnościami w jej nawiązaniu i utrzymywaniu; trudnościami, które mogą uwarunkowywać samotność osób posiadających mniejszościową orientację seksualną. Wiedza związana z tematyką relacji intymnej, jak i ta dotycząca homoseksualizmu, jest interdyscyplinarna i wieloaspektowa. Chociaż osoby homoseksualne nie stanowią homogenicznej grupy, łączą je jednak wspólne doświadczenia i przeżycia związane z przynależnością do mniejszości, z uczeniem się funkcjonowania w świecie kreowanym w głównej mierze przez heteroseksualną większość, czy związane z coming outem rozumianym jako rozwój tożsamości psychoseksualnej. Zarówno posiadanie mniejszościowej orientacji jak i chęć zawarcia i zawieranie rela-

cji miłosnej z osobą tej samej płci biologicznej wpływają na tworzenie się i dynamikę jednopłciowych relacji intymnych. Zgłębianie niniejszej problematyki wydaje się istotne w obliczu zmian kulturowych i związanych z nimi zmianami w definiowaniu relacji intymnej; zmian nie wpływających na permanentne znaczenie związku opartego na miłości dla dobrostanu jednostki.

Bliskie więzi emocjonalne pomiędzy ludźmi stanowią centrum, wokół którego obraca się życie jednostki od niemowlęstwa przez okres dojrzewania aż po starość. Jakość związków interpersonalnych uważana jest za jeden z najsilniejszych predyktorów i korelatów szczęścia. Potrzeba przynależności, akceptacji czy wsparcia istnieją od zarania gatunku ludzkiego oraz od początku życia jednostki. Z tych bliskich więzi człowiek czerpie radość życia i siłę (Bowlby, 1980, za: Mayers, 1999). Najsilniejszym bliskim związkiem jest ten oparty na miłości. Miłość, uczucie trudne do zbadania, zdefiniowania i zoperacjonalizowania, stała się obiektem zaintereso-

sowania psychologów dopiero pod koniec XX w. (Rubin, 1970; Hendrick i Hendrick, 1986). Definicja miłości powinna ujmować ją w całej złożoności – zawierać pojęcie zarówno namiętności, jak też głębokiego, długotrwałego zaangażowania oraz rodzącej się pomiędzy dwojgiem ludzi bliskości. Jedną z koncepcji zakładającą wieloaspektowość miłości jest Trójczynnikowa Teoria Miłości Sternberga (1986, 1997), ujmująca miłość jako stan zawierający, bądź mogący zawierać trzy komponenty: namiętność, zaangażowanie oraz bliskość. W artykule opisane zostaną trzy wymienione aspekty miłości wraz ze specyficznymi dla osób przynależnych do mniejszości seksualnej czynnikami podmiotowymi, społecznymi i relacyjnymi mogącymi na nie oddziaływać. Chociaż niektóre wyzwania i specyficzne aspekty relacji homoseksualnych nie wiążą się ściśle z jednym z trzech wyszczególnionych składowych miłości, to zostały one przyporządkowane do jednego z aspektów uczucia wedle założenia, iż intymność w największym stopniu związana jest z procesami emocjonalnymi, zaangażowanie związane jest z procesami poznawczymi a namiętność z procesami motywacyjnymi człowieka (Diessner, Frost i Smith, 2004).

#### RELACJE INTYMNE OSÓB HOMOSEKSUALNYCH

Orientacja seksualna<sup>1</sup> dotyczy stałego wzorca odczuwania pociągu emocjonalnego, romantycznego lub seksualnego do mężczyzn, kobiet albo osób obu płci. Związana jest również z identyfikacją siebie poprzez odczuwanie owego wzorca. Orientacja seksualna dotyczy pragnień, wyobrażeń i systemu motywacyjnego człowieka, a nie jedynie sposobu realizacji popędu seksualnego (Brzask, 2008). Hamer (1998, za: Brzask, 2008)

zakłada, że orientacja seksualna człowieka zawiera co najmniej cztery wymiary: fantazje erotyczne, atrakcyjność obiektu seksualnego, samoidentyfikację (świadomość kierunku własnego popędu seksualnego) oraz zachowania seksualne.

Najczęściej homoseksualistę definiuje się jako osobę, której pociąg płciowy jest wyłącznie lub prawie wyłącznie skierowany do osób tej samej płci biologicznej i która wyłącznie lub prawie wyłącznie w ten sposób uzyskuje zadowolenie seksualne (Boczkowski, 2000). Istotna w definiowaniu homoseksualisty wydaje się również samoidentyfikacja, a więc przyporządkowanie kogoś do kategorii „homoseksualny” zgodne z samookreśleniem danej osoby (por. Nichols, 2005).

Według Amerykańskiego Towarzystwa Psychologicznego (2008) jedynie negatywnym stereotypem są twierdzenia o nietrwałości czy niestabilności homoseksualnych relacji intymnych. Z różnych badań mężczyzn homoseksualnych wynika, że 40-60% z nich jest aktualnie w stałych związkach, z badań prowadzonych wśród homoseksualnych kobiet odsetek ten jest większy i wynosi od 45 do 80% (zob. Lew-Starowicz i Lew-Starowicz, 1999). Badania przeprowadzone w Polsce dotyczące sytuacji osób homoseksualnych w latach 2005 i 2006 (Abramowicz, 2007) również pokazują, iż 56,8% (n=996) osób homoseksualnych tworzy damsko-damską bądź męsko-męską relację intymną. Dane z niniejszych badań wykazały, że ponad połowa osób była w związkach trwających dłużej niż rok. Najczęściej były to związki ze stażem wynoszącym od 3 do 5 lat – 22,6% kobiet homoseksualnych i 25,9% mężczyzn homoseksualnych było w takich relacjach oraz od 1 roku do 2 lat – adekwatnie 29,6% i 16,7% osób badanych. Biorąc pod uwagę wiek respondentów – ponad połowa badanych należała do przedziału wiekowego

<sup>1</sup> Niektórzy autorzy zajmujący się problematyką gejów, lesbijek oraz osób biseksualnych używają określenia orientacja psychoseksualna w miejscu określenia orientacja seksualna, podkreślając w ten sposób jej szersze znaczenie. W niniejszej pracy pozostano przy pierwotnej nomenklaturze podkreślając jednak wzajemne przenikanie orientacji seksualnej oraz czynników społecznych i psychicznych.

18-25 lat – zarówno czas trwania związku jak i ilość osób tworzących w danym momencie relację intymną nie odbiega od normy statystycznej osób heteroseksualnych, pomimo podstawowego wyzwania jakim jest znalezienie partnera, partnerki wśród znacznie mniejszej ilości osób posiadających homoseksualną orientację.

Chociaż Amerykańskie Towarzystwo Psychologiczne (2008) zakłada, iż osoby w związkach homoseksualnych odczuwają taką samą satysfakcję i prezentują takie samo zaangażowanie, mają takie same cele i wartości, co osoby w związkach heteroseksualnych, to istniejące badania (Sharon 2007; Lew-Starowicz i Lew-Starowicz, 1999) oraz odczucia osób homoseksualnych podkreślają inną dynamikę i charakterystykę związków damsko-damskich i męsko-męskich (Riggle, Whitman, Olson, Rostosky i Strong, 2008). W dalszej części artykułu zostaną przedstawione specyficzne i istotne dla tworzenia i trwania relacji intymnej oraz dla uczucia miłości pozytywne i negatywne aspekty życia osób homoseksualnych wpływające na zaangażowanie w relację, odczuwanie namiętności względem partnera oraz na poczucie bliskości w związku intymnym.

#### ZAANGAŻOWANIE W RELACJI HOMOSEKSUALNEJ

Zaangażowanie definiowane jest jako decyzja, działania i myśli ukierunkowane na tworzenie stałej relacji niezależnie od występowania różnorodnych przeszkód (Wojciszke, 2010). Zaangażowanie, zwane również w literaturze zobowiązaniem, jest wysoce podatne na świadomą kontrolę osób tworzących relację intymną, jest zależne od woli i opiera się na procesach poznawczych jednostek tworzących relację. Zobowiązanie może być z jednej strony najbardziej trwałym i niepodlegającym fluktuacjom składnikiem związku, dzięki temu, iż wysiłki wkładane w utrzymywanie relacji automatycznie zapoczątkowują samopodtrzymywanie się związku, z drugiej zaś zobowiązanie jest zwykle

rezultatem świadomej decyzji, która może zostać w każdym momencie odwołana.

Istnieje wiele różnych czynników zewnętrznych, sytuacyjnych mogących wpływać na poczucie zaangażowania w relację, również czynników specyficznych dla par jedнопłciowych. Ankieta on-line przeprowadzona, na próbie 66 osób określających własną orientację jako homoseksualną, w celu poznania pozytywnych i negatywnych specyficznych dla osób homoseksualnych aspektów życia również ujawniła takie czynniki. Ankieta składała się z dwóch pytań: „Jakie widzisz plusy, pozytywne strony bycia gejem / lesbijką / osobą posiadającą mniejszościową orientację seksualną?”; „Jakie widzisz minusy, negatywne strony należenia do mniejszości seksualnej, posiadania homoseksualnej / biseksualnej orientacji?”. Większość osób wśród ankietowanych stanowiły osoby z wyższym wykształceniem – 60%, średnia wieku osób badanych wynosił ok. 27 lat. Wiek ankietowanych mieścił się w przedziale od 18 lat, ponieważ badanie kierowane było do osób pełnoletnich, do 52 lat. Wśród odpowiedzi ankietowanych na temat negatywnych stron bycia osobą homoseksualną najczęściej wymieniane były te związane z oddziaływaniami społecznymi. Najwięcej, bo piętnaście osób jako problem przynależności do mniejszości seksualnej wskazywało dyskryminację. Za jedną z jej form można uznać drugi pod względem częstości (13 osób) wymieniania negatywny aspekt homoseksualizmu, niemożność legalizacji związku, zawarcia małżeństwa oraz ogólnie gorsze traktowanie przez prawo (9 osób).

Brak możliwości zawarcia związku wydaje się istotnie wpływać nie tylko na poczucie zaangażowania w relację, lecz również na satysfakcję z relacji oraz ogólny dobrostan jednostki. Małżeństwo jest istotnym predyktorem szczęścia i dobrostanu pomimo tego, iż wydaje się, że w obecnych czasach instytucja ta ulega dewaluacji. W wielu badaniach stwierdzono, że osoby żyjące w małżeństwie są szczęśliwsze niż oso-

by żyjące jak małżeństwo, samotne, owdowiałe, rozwiedzione czy żyjące w separacji; oraz że pary mieszkające razem są statystycznie bardziej szczęśliwe od osób samotnych, jednak mniej od osób żyjących w związkach małżeńskich. Istotnym wydaje się fakt, iż wskaźnik rozchodzenia się par żyjących w konkubinacie jest wyższy niż w przypadku par małżeńskich (Veenhoven i in., 1994, za: Argyle, 1999). Intrygujące wydaje się zbadanie czy i w jakim stopniu związek partnerski, nowa forma umowy cywilno-prawnej zawieranej w niektórych krajach przez pary homoseksualne, wiąże się z charakterystycznymi dla małżeństwa korzyściami i w jakim stopniu wpływa na poczucie zaangażowania, w szczególności w sytuacji, kiedy uregulowania prawne umożliwiają zerwanie tej formy umowy przez jednego z partnerów w dowolnym momencie relacji bez podawania przyczyny. Łączne dane z narodowych sondaży, które objęły 20800 osób z 19 krajów, potwierdziły korelację między stanem cywilnym a szczęściem (Mastekaasa, 1994, za: Myers, 1999). Porównując zmienną, jaką jest małżeństwo, z innymi zmiennymi demograficznymi takimi jak wiek, płeć czy dochód, małżeństwo jest predyktorem silniejszym, o sile oddziaływania równie istotnej dla kobiet i mężczyzn (por. Myers, 1999). Jednakże najnowsze badania, które również potwierdzają istotność małżeństwa dla poczucia wysokiej jakości życia stwierdzają, że jest ono szczególnie istotne w kulturach kolektywistycznych. W społecznościach indywidualistycznych pary żyjące bez ślubu są tak samo szczęśliwe jak te będące w związku małżeńskim (op. cit.). W Polsce udane małżeństwo jest konsekwentnie wymieniane na drugim miejscu po zdrowiu, jako najważniejsza wartość w życiu (Czapiński i Panek, 2004, za: Czapiński, 2004). Chociaż większość ludzi żyjących w związku małżeńskim deklaruje satysfakcję z niego, to istotne znaczenie dla związku ma nie tylko stan cywilny, lecz – co oczywiste, wiele innych czynników zarówno relacyjnych jak i podmiotowych (por. Argyle, 1999).

Uniemożliwienie sformalizowania związku damsko-damskiego i męsko-męskiego wydaje się być czynnikiem nie tylko mogącym negatywnie wpływać na trwałość relacji, lecz również obniżać satysfakcję ze związku. Brak zobowiązań związanych ze wspólnotą majątkową – bardzo rzadko partnerzy homoseksualni są zależni od siebie finansowo – bądź wynikających z braku zobowiązań prawnych uwarunkowanych niemożliwością legalizacji związku pozwala z jednej strony łatwiej zakończyć niesatysfakcjonującą relację, z drugiej strony utrudnia pogłębianie relacji poprzez wspólne rozwiązywanie kryzysów występujących w związkach.

Innym czynnikiem w istotny sposób wpływającym na relację intymną, oddziaływującym na jego dynamikę oraz mającym znaczenie dla poczucia zaangażowania jest posiadanie wspólnego potomstwa. Szacuje się, że ogólna liczba dzieci posiadanych przez osoby homoseksualne w USA wynosi od 4 do 6 mln (Slany, 2005). W National Lesbian Health Care Survey (1994, za: Slany, 2005) 16% respondentek – kobiet homoseksualnych wskazało, że wychowuje dzieci. W Polsce osoby homoseksualne najczęściej posiadają dzieci ze wcześniejszych relacji heteroseksualnych. Ze wspomnianych już kilkakrotnie polskich badań dotyczących sytuacji osób homoseksualnych wynika, że około 5,4% respondentów posiadało dzieci (Abramowicz, 2007). Chociaż osoby homoseksualne wychowują razem dzieci, to w przytaczanym już sondażu własnym wskazywały brak wspólnego potomstwa jako deficyt nierozzerwalnie związany z posiadaniem homoseksualnej orientacji seksualnej. Ten brak również może przyczyniać się do rozpadu damsko-damskich i męsko-męskich relacji.

Innymi czynnikami mającymi znaczenie dla utrzymania związku, związanym z poczuciem zaangażowania, są zachowania mające na celu niedopuszczenie do zerwania relacji przez partnera. Badania pokazują, iż orientacja seksualna wpływa na wybór taktyk mających na celu zatrzymanie partnera (VanderLaan i Vasey, 2008).

Przykładowo homoseksualni mężczyźni rzadziej od heteroseksualnych próbują zniechęcić partnera do odejścia poprzez ograniczenie dostępu do własnych zasobów, co tłumaczy się mniejszym zainteresowaniem mężczyzn możliwymi do uzyskania w relacji dobrami, szczególnie materialnymi. Kobiety heteroseksualne częściej próbują oddziaływać na partnera poprzez swój wygląd niż kobiety homoseksualne na swoją partnerkę. Powyższe wnioski z badań pokazują, iż orientacja seksualna oraz wynikająca z orientacji płci partnera wpływają na dynamikę damsko-damskich i męsko-męskich związków intymnych i wynikające z niej zaangażowanie.

Zaangażowanie tak jak i dwie pozostałe składowe miłości jest niezbędnym elementem umożliwiającym odczuwanie w pełni miłości względem partnera. Wymienione czynniki, mogące wpływać na osłabienie poczucia zaangażowania w relację, mogą przyczyniać się do rozpadu związków i uwarunkowywać samotność kobiet i mężczyzn homoseksualnych. Relacje bez zobowiązań: krótkotrwałe, powierzchowne i instrumentalne, nie wydają się w dłuższej perspektywie czasu satysfakcjonujące. Zrywanie więzi i relacji społecznych wiąże się z negatywnym afektem. Strach przed samotnością wydaje się gorszy niż cierpienie z powodu relacji interpersonalnych (por. Myers, 1999).

#### NAMIĘTNOŚĆ W RELACJI HOMOSEKSUALNEJ

Namiętność jest składową miłości opartą o procesy motywacyjne związane z chęcią maksymalnego połączenia się z partnerem, towarzyszą jej silne emocje zarówno pozytywne związane z radością, pożądaniem, zachwytem, jak i negatywne wiążące się z bólem, tęsknotą, niepokojem (Sternberg, 1997). Ten czynnik miłości w szczególności łączy się z motywacją do maksymalnego połączenia z partnerem objawiającym się takimi zachowaniami jak: poszukiwanie bliskości fizycznej, dotykanie, pieszczenie, całowanie, kontakty seksualne, marzenia na jawie.

Z raportu za lata 2005 i 2006 dotyczącego sytuacji społecznej osób biseksualnych i homoseksualnych w Polsce wynika, iż publiczne okazywanie uczuć partnerowi, partnerce przez osoby homoseksualne jest utrudnione (Abramowicz, 2007). W przypadku par osób tej samej płci nawet trzymanie się za rękę może spotkać się z negatywnymi zachowaniami osób trzecich, w tym z agresją słowną bądź fizyczną. Osoby ankietowane w niniejszym raporcie opisują, że czują się mniej swobodnie w okazywaniu uczuć w miejscu publicznym niż osoby heteroseksualne – stwierdza tak 67% ankietowanych w próbie składającej się z 997 osób. W przypadku podziału danych ze względu na płeć okazuje się, iż dwa razy więcej kobiet – to jest 27% - niż mężczyzn deklaruje, że czuje się tak samo swobodnie jak osoby heteroseksualne okazując uczucia partnerce w miejscu publicznym. W danym pytaniu ankietowym osoby badane poza odpowiedziami, że czują się bardziej bądź mniej swobodnie zaznaczyć mogły odpowiedź „nie dotyczy”. Zastanawiającym jest ponad czterokrotnie większy odsetek zaznaczania danej odpowiedzi przez mężczyzn (12,9%) niż kobiety (3,8%); być może niektórzy mężczyźni homoseksualni w ogóle nie dopuszczają takiej możliwości zarówno z polskich względów kulturowych, jak i zinternalizowanych negatywnych stereotypów dotyczących zarówno męskości jak i homoseksualizmu. Zaznaczyć należy, iż negatywne zinternalizowane stereotypy dotyczące mniejszości seksualnych obniżają satysfakcję seksualną u homoseksualnych mężczyzn (Biss i Horne, 2005). Powyższe dane, jak i inne badania przeprowadzone w Polsce pokazują, iż społecznie bardziej akceptowany jest homoseksualizm kobiet oraz związki damsko-damskie niż relacje męsko-męskie, co może powodować większe obniżenie poczucia zobowiązania względem siebie partnerów w relacji męsko-męskiej (Szukalski, 2005). Pomimo tego, iż publiczne okazywanie uczuć może być wyznacznikiem każdego z omawianych czynników miłości zostało ono omówione w akapicie

dotyczącym namiętności, ponieważ czynnik ten w największym stopniu łączy się z fizycznym wyrażaniem uczuć (Wojciszke, 2010). Chociaż zgodnie z zasadą niedostępności bycie w związku, który jest nieakceptowany społecznie może nasilać odczucia namiętności, to w dłuższej perspektywie czasu wzrost namiętności jest procesem działającym na zasadzie dodatniego sprzężenia zwrotnego<sup>2</sup>, a motywacja do częstych kontaktów i bliskości fizycznej uwarunkowana silnie oddziaływującą w początkowych fazach relacji intymnej namiętnością jest okazją do wypracowywania ostatniego z opisywanych czynników miłości – bliskości. Wychodząc z założenia, iż dla rozwoju namiętności w relacji niezbędny jest swobodny kontakt osób, okazuje się, że społeczna nieakceptacja, dyskryminacja negatywnie wpływa nie tylko na zobowiązanie, jak zostało to przedstawione we wcześniejszej części pracy, lecz również na rozwój czynnika odpowiedzialnego za miłosne uniesienia charakterystycznego szczególnie dla fazy zakochania.

Innym aspektem związanym z namiętnością są pragnienia erotyczne i potrzeba seksualna. Brak społecznych i przekazywanych pokoleniowo wzorców homoseksualnych ról związkowych może być zasobem dla osób homoseksualnych pozwalającym na eksplorację różnych sposobów wyrażania swojej seksualności (Riggle, Whitman, Olson, Rostosky i Strong, 2008). Szczególnie kobiety homoseksualne podkreślają większe wzajemne zrozumienie swoich potrzeb psychicznych i fizycznych oraz większą satysfakcję emocjonalno-seksualną. Z analizy piśmiennictwa wynika, że w porównaniu z kobietami heteroseksualnymi kobiety homoseksualne częściej osiągają satysfakcję seksualną i orgazm (Lew-Starowicz, Lew-Starowicz i Dulko, 2005). Pomimo tego, iż krótkotrwałe relacje nie zaspokajają potrzeby bliskości, to mężczyźni homoseksualni częściej od mężczyzn heteroseksualnych i kobiet zawierają przygodne kontakty seksualne, nie zmienia

to jednak faktu, iż zarówno homoseksualni mężczyźni jak i homoseksualne kobiety poszukują partnera długotrwałej relacji intymnej oraz, że bycie w monogamistycznej relacji pozytywnie wpływa na ogólny poziom zadowolenia z życia seksualnego (Gobrogge, Perkins, Baker, Balcer, Breedlove i Klump, 2007). Podkreślić jednakże należy, iż wysoka ilość partnerów seksualnych u homoseksualnych mężczyzn może wynikać nie z orientacji seksualnej, lecz płci – mężczyźni heteroseksualni również wyrażają chęć podejmowania przelotnych kontaktów seksualnych, jednakże mniejsza ilość ich partnerek seksualnych w ciągu życia wynika z mniejszego zainteresowania kobiet takimi kontaktami (Bailey, Gaulin, Agyei i Gladue 1994). Zaznaczyć należy również, że sama częstotliwość stosunków seksualnych również koreluje ze szczęściem (Argyle, 1999). Badania zespołu Biss i Horne (2005) pokazują również, że inne czynniki wpływają na satysfakcję seksualną mężczyzn i kobiet homoseksualnych niż heteroseksualnych; uszczegóławiając niektóre z nich wpływające specyficznie na zadowolenie z życia seksualnego heteroseksualnych kobiet mają również istotne znaczenie dla homoseksualnych mężczyzn oraz niektóre mające istotne znaczenie dla heteroseksualnych mężczyzn wpływają również na satysfakcję seksualną homoseksualnych kobiet. Orientacja na cel, maksymalizowanie osiągnięć, asertywność dodatkowo koreluje z zadowoleniem z życia seksualnego homoseksualnych kobiet i heteroseksualnych mężczyzn; zaś poczucie ciepła, odczuwanie intymności w związkach z innymi ludźmi pozytywnie wpływa na satysfakcję seksualną odczuwaną przez homoseksualnych mężczyzn i heteroseksualne kobiety. Fakt ten pokazuje, że nie tylko płeć, lecz również orientacja seksualna ma istotne znaczenie dla życia seksualnego i zadowolenia z niego. Autorzy opisywanych badań (op. cit.) stawiają hipotezę, iż nietypowy dla płci wpływ czynników na życie seksualne wiąże się

<sup>2</sup> Zaznaczyć należy, iż po pewnym czasie trwania relacji poziom namiętności gwałtownie spada

z możliwością eksploracji różnych ról w relacji oraz, iż sama eksploracja niezależna od wzorców kulturowych może przyczyniać się do wzrostu satysfakcji seksualnej. Podkreślają również, iż związki damsko-damskiego charakteryzują się wysokim poczuciem bliskości i dlatego asertywność i komunikacja indywidualnych potrzeb ma duże znaczenie dla satysfakcji z tej sfery życia dla homoseksualnych kobiet. Innym czynnikiem mogącym wpływać na życie seksualne osób homoseksualnych jest niemożliwość posiadania wspólnego biologicznego potomstwa, który może wiązać się z większymi możliwościami rozwoju, komfortem finansowym, z brakiem obaw o niechcianą ciążę sprzyjającym większej satysfakcji z życia seksualnego – jak stwierdziły niektóre osoby ankietowane w przytaczanym już sondażu własnym<sup>3</sup>. Ogólnie podkreśla się, że jakość kontaktów seksualnych istotniejsza jest w związkach homoseksualnych, niż w tradycyjnych relacjach heteroseksualnych (Nichols, 2005).

#### INTYMNOŚĆ W RELACJI HOMOSEKSUALNEJ

Intymność oznacza „pozytywne uczucia i towarzyszące im działania, które wywołują przywiązanie, bliskość i wzajemną zależność partnerów od siebie” (Wojciszke, 2010, s. 10). Na tak definiowaną intymność składają się między innymi: pragnienie dbania o dobro partnera; przeżywanie szczęścia dzięki partnerowi; dzielenie się przeżyciami, zasobami, informacjami; dawanie i otrzymywanie uczuciowego wsparcia. W intymności najważniejszą rolę odgrywają procesy emocjonalne. Jej natężenie w relacji rośnie powoli i jest związane z umiejętnością komunikacji, wzajemnym zaspokajaniem potrzeb oraz z obopólnie satysfakcjonującymi interakcjami (op. cit.). Przy omawianiu intymności wskazać należy na podmiotową zdolność jednostki do jej

tworzenia. Poczucie spójności, ciągłości własnej tożsamości stanowi podstawę niezbędną do osiągnięcia intymności z drugą osobą. Według Eriksona (1968, za: Gurba, 2000), twórcy stadialnego opisu rozwoju człowieka w cyklu całego życia, można wyróżnić osiem stadiów rozwoju ego. Stadia te mają uniwersalny charakter, a rozwój jednostki związany jest z przezwyciężaniem specyficznych dla poszczególnych etapów życia kryzysów doświadczanych w momencie konfrontacji z zadaniem rozwojowym wymagającym reorganizacji struktury ego. W okresie wczesnej dorosłości mniej więcej w 20-35 r.ż. przypada stadium rozwojowe intymność vs izolacja, którego głównym zadaniem jest osiągnięcie zdolności do tworzenia intymnej relacji z bliską osobą oraz do podejmowania odpowiedzialności za nią. Pozytywne rozwiązanie poprzedniego kryzysu związanego z kształtowaniem tożsamości i przypadającego na okres adolescencji wydaje się istotnie wpływać na jakość tworzonych relacji intymnych. Jednostki o spójnej tożsamości łatwiej tworzą intymność z drugą osobą (Bennion i Adams, 1998, za: Palus, 2010). Proces kształtowania tożsamości osób homoseksualnych wydaje się być procesem trudniejszym i jest związany z szeroko rozumianym coming outem – wymagającym nie tylko eksplorowania własnego Ja, lecz również integracji z nim mniejszościowej orientacji seksualnej.

Pojęcie coming out używane jest przy określaniu wielu aspektów funkcjonowania mniejszości seksualnych związanych z kształtowaniem tożsamości seksualnej poprzez samoświadomość własnej orientacji, różny stopień ujawniania jej przed innymi oraz identyfikacje ze społecznością LGB<sup>4</sup>. Eichberg (1995) wymienia trzy fazy coming outu, z których pierwsza, faza osobista, związana jest z konfrontacją ze swoimi odczuciami i wcześniej ukształtowanymi poglądami na temat seksualności. Wspomniana konfron-

<sup>3</sup> Większość osób ankietowanych stwierdzało jednak, iż brak możliwości posiadania wspólnego potomstwa jest deficytem związanym z homoseksualną orientacją.

tacja jest źródłem podstawowych problemów dojrzewającej młodzieży homoseksualnej i wynika z założenia, że heteroseksualizm dotyczy wszystkich ludzi (Pons, 1977; Plummer, 1997, za: Długołęcka, 2005). Odczuwanie inności, które występuje u ok. 70% osób rozpoznających u siebie tendencje homoseksualne (Troiden, 1994, za: Długołęcka, 2005) prowadzi do spadku poczucia własnej wartości związanego z dotkliwą alienacją, odizolowaniem i zamknięciem względem grupy rówieśniczej. Osoby homoseksualne w tej fazie często uciekają w zajęcia intelektualne i artystyczne (Cass, 1984; Herdt, 1994, za: Długołęcka, 2005). Negatywne konsekwencje konfrontowania się z własną, mniejszościową orientacją występują szczególnie wtedy, gdy osoba zinternalizuje powszechne stereotypy na temat mniejszości seksualnych zanim odkryje u siebie tendencje homoseksualne, co skutkuje negatywną postawą wobec własnych impulsów, zachowań i pragnień. Osoby homoseksualne muszą zmienić swój schemat spostrzegania homoseksualizmu, aby były w stanie zaakceptować swoją nieheteroseksualną orientację. Druga faza wyszczególniona w modelu Eichberga zawiera pierwsze ujawnianie się, co związane jest z możliwością otrzymania informacji zwrotnej na temat skutków i bezpieczeństwa wyrażania własnej seksualności. Otwarcie się następuje zazwyczaj względem osób homoseksualnych bądź grupy homofilnej. Ostatnia faza oznacza „wyzwolenie i wolność” (Eichberg, 1995), związane z pełną integracją seksualności z całą osobowością i pełnionymi rolami.

Fazy coming outu skonceptualizowane przez Eichberga korespondują z przedstawionym przez Sophie (1985/86, za: Lew-Starowicz i Lew-Starowicz, 1999) modelem rozwoju tożsamości homoseksualnej. W modelu tym pierwszą fazą jest okres niepokoju, który charakteryzuje się uczuciem alienacji i brakiem otwartości na innych.

Osoba homoseksualna zaczyna dostrzegać swoją inność związaną z odczuwanym popędem płciowym do osób tej samej płci. Następnie następuje „testowanie i poznawanie”, wiążące się z inicjalnym kontaktem z przedstawicielami mniejszości seksualnej oraz z odcięciem się od heteroseksualizmu. Możliwość przejścia do tej fazy zapewnia akceptacja, przynajmniej częściowa, własnego homoseksualizmu. W trzeciej fazie dominują kontakty ze społecznością LGB. Jest to również czas, w którym osoba ze świadomością własnych odczuć homoseksualnych otwiera się względem osób heteroseksualnych, a tożsamość negatywna toruje drogę tożsamości pozytywnej (op. cit.). Tożsamość negatywna jest wyrazem sprzeciwu wobec norm i wartości wyrażanych w danej społeczności oraz jest odpowiedzią na pełne uprzedzeń traktowanie jednostki przez otoczenie i polega na spostrzeganiu siebie jako osoby, u której dominują cechy negatywne i zachowywaniu się adekwatnym do danej autoidentyfikacji. Eksperymentowanie w rolach negatywnych pozwala na skonfrontowanie się z oddziaływaniami środowiska. Choć teoria kształtowania się osobowości wychodzi poza zakres niniejszego artykułu, należy zaznaczyć, że wystąpienie tożsamości negatywnej w charakterystycznym dla okresu dojrzewania kryzysie związanym z kształtowaniem osobowości nie jest, jeżeli jest to stan przejściowy na drodze integracji osobowości, jednoznacznie negatywne, lecz może być wręcz potencjalnym źródłem siły dla adolescenta. Ostatnia faza zaprezentowanego przez Sophie modelu rozwoju tożsamości zawiera jej integrację. Osoba, która osiągnęła ostatnią fazę ma ustabilizowaną tożsamość, bez chęci zmiany swojej indywidualności oraz publicznie ją okazuje z towarzyszącym temu gniewem i dumą.

Analogia pomiędzy rozwojem tożsamości a fazami coming outu pokazuje, że ten ostatni proces w szerokim rozumieniu, w odróżnieniu od

---

<sup>4</sup> LGB – akronim odnoszący się do lesbijek, gejów, osób biseksualnych; terminem tym określa się ogół osób, które tworzą mniejszości o odmiennej od heteroseksualnej orientacji seksualnej



potocznego, wąskiego rozumienia, oznaczającego informowanie innych o swojej mniejszościowej orientacji, oznacza kształtowanie się tożsamości homoseksualnej rozpoczynające się od samoświadomości a kończące na integracji psychoseksualności ze wszystkimi sferami życia. Homoseksualna identyfikacja jest całkowicie realizowana, jeżeli funkcjonuje ona zarówno jako samookreślenie, identyfikacja postrzegana i nadawana przez innych oraz identyfikacja prezentowana innym (Troiden, 1994, za: Długołęcka, 2005).

Badania pokazują, że kobiety homoseksualne później osiągają pozytywną, zintegrowaną tożsamość niż homoseksualni mężczyźni, co może wiązać się z ich mniejszym popędem seksualnym, dzięki czemu mogą dłużej maskować przed sobą i środowiskiem swoją orientację, jeżeli jest ona niezgodna z panującymi normami społecznymi. Dziewczęta w większym stopniu uczone są ograniczania i kontrolowania swojej seksualności (por. Lew-Starowicz i Lew-Starowicz, 1999; Długołęcka, 2005). Chłopcy w odróżnieniu od dziewcząt częściej angażują się w kontakty seksualne przed okresem dojrzewania a ich seksualność osiąga szczyt znacznie wcześniej.

Podkreślić trzeba, że orientacja seksualna odgrywa większą rolę w formowaniu się tożsamości u homoseksualnych mężczyzn i kobiet niż u osób heteroseksualnych. Wynika to zarówno z faktu, że osoby odkrywające pociąg seksualny względem osób tej samej płci w istotnym dla kształtowania się tożsamości okresie dojrzewania odczuwają swoją odmienność, którą muszą zintegrować z osobowością. W przypadku oddziaływania na osobę dojrzewającą kultury negatywnie wartościującej homoseksualizm może wystąpić zjawisko samonaznaczenia lub dewiacji wtórnej, które polega na przyjęciu i zidentyfikowaniu się z rolą dewianta narzuconą przez społeczeństwo, skutkującą odczuwaniem poczucia winy i zmniejszeniem poczucia własnej wartości oraz zgodnie z koncepcją Eriksona problemami w nawiązywaniu satysfakcjonującej intymnej relacji z inną osobą tej samej płci. Społeczeństwo styg-

matyzujące homoseksualizm może spowodować u dojrzewających gejów i lesbijek poczucie pustki i pogorszenia funkcjonowania, które mogą doprowadzić do zaburzeń psychicznych, prób samobójczych i samobójstw, ucieczek i opuszczania zajęć szkolnych, przemocy i prostytucji (Brzask, 2008).

Amerykańskie Towarzystwo Psychologiczne (APA, 2008) podaje, że możliwość integracji swojej orientacji z całą swoją osobowością oraz pozytywne się do niej ustosunkowanie sprzyja dobremu samopoczuciu oraz zdrowiu psychicznemu, które wydają się niezbędne dla stworzenia związku miłosnego opartego na bliskości, intymności. Wraz z usunięciem z klasy zaburzeń psychicznych homoseksualizmu i biseksualizmu pojawiła się kategoria problemów i zaburzeń psychologicznych związanych z doświadczeniem orientacji, bez względu na jej charakter (Cierpialkowska, 2007). Ponieważ preferencje seksualne nie są przekazywane z pokolenia na pokolenie, geje i lesbijki nie posiadają naturalnego środowiska rodzinnego, które chroniłoby ich przed upokorzeniami i agresją ze strony kultury dominującej (Nichols, 2005). Osoba o orientacji homoseksualnej może nie akceptować własnej orientacji głównie ze względu na zinternalizowane wzorce społeczne potępiające homoseksualizm i w takiej sytuacji może starać się zmniejszyć dysonans pomiędzy Ja realnym (byciem homoseksualistą) a Ja idealnym (byciem heteroseksualistą) konstruując system mechanizmów obronnych (Brzask, 2008). Negatywne postawy względem gejów i lesbijek mogą wpłynąć u tych grup na obraz Ja, samoakceptację, wywoływać stres i frustrację, a przez to utrudniać integrację i rozwój osobowości i poprzez to powodować tworzenie niesatysfakcjonujących relacji intymnych bądź warunkować brak partnera życiowego.

Osoby homoseksualne, jak zostało przedstawione powyżej, narażone są na ryzyko zaburzeń zachowania czy psychicznych, które mogą być w dużej mierze uwarunkowane przynależnością zarówno do mniejszości jak i mniejszości sek-

sualnej oraz dyskryminacją przez kulturę większościową. Jednakże, jak wskazują same osoby homoseksualne, sprostanie wyzwaniom związanym z odmiennością skutkować może ukształtowaniem specyficznych zasobów indywidualnych (Riggle, Whitman, Olson, Rostosky i Strong, 2008). Osoby posiadające homoseksualną i biseksualną orientację stwierdzają, iż na skutek doświadczanej dyskryminacji wykształciły umiejętności skutecznego radzenia sobie ze stresem oraz kreatywnego rozwiązywania problemów. Doświadczanie przemocy psychofizycznej może uwarunkowywać na krzywdę innych i przez to paradoksalnie ułatwiać nawiązywanie satysfakcjonujących relacji dających poczucie wzajemnej intymności. Kobiety i mężczyźni homoseksualni jako osoby nieodnajdujące się w narzucanych przez kulturę schematach chętniej eksplorują różne role niezależnie od ich przypisania do płci, co może przyczyniać się do dobrostanu oraz umożliwiać plastyczne kreowanie związku miłosego przyczyniające się do większego poczucia bliskości. Osoby ankietowane, w przytaczanych już sondażu on-line, zwracają uwagę na specyfikę związków jednopłciowych, w których brak zdefiniowanych i narzucanych ról społecznych pozwala na większe możliwości eksperymentowania z nimi i ich eksplorowania w celu stworzenia obopólnie satysfakcjonujących i rozwijających relacji. Ankietowani wskazywali również, że związki homoseksualne są na ogół związkami partnerskimi umożliwiającymi samorealizację zarówno w obrębie pary jak i poza nią, a większa świadomość wzajemnych potrzeb osób tej samej płci ułatwia ich zaspokajanie. Badania badań zespołu Stacey i Biblarz (za: Prokopowicz, 2005) wskazujące, że na skali egalitaryzmu najwyżej sytuują się związki damsko-damskie, następnie męsko-męskie, na końcu zaś pary damsko-męskie, potwierdzają wypowiedzi ankietowanych oraz uwidaczniają fakt, iż nie związani stereotypowymi rolami płciowymi partnerzy tej samej płci mogą większą swobodę kreowania obopólnie satysfakcjonującej relacji.

## ZAKOŃCZENIE

Powyższe rozważania dotyczyły różnorodnych aspektów, zarówno pozytywnych, jak i negatywnych, specyficznych dla życia osób homoseksualnych, dzielonych zarówno przez kobiety i mężczyzn homoseksualnych, mogących mieć znaczenie dla tworzenia i dynamiki relacji intymnej bądź też uwarunkowywać brak partnera życiowego. Chociaż badania statystyczne pokazują, że kobiety i mężczyźni homoseksualni tak samo jak kobiety i mężczyźni heteroseksualni tworzą długotrwałe relacje intymne, ich dynamika począwszy od zawierania znajomości po zakończenie związku jest odmienna w zależności od płci osób, których łączy uczucie miłości. Wiedza dotycząca damsko-damskich i męsko-męskich związków wydaje się być niekompletna, informacje uzyskiwane z badań nad relacjami heteroseksualnymi są generalizowane na związki nieheteroseksualne, zaś tematyka związana z relacjami homoseksualnymi jest rzadko podejmowana szczególnie w polskim piśmiennictwie. Szczególnie istotne znaczenie może mieć zgłębienie wiedzy dotyczącej negatywnego wpływu oddziaływania środowiska społecznego związanego z dyskryminacją, nieakceptacją, który to wpływ nie tylko nie musi obniżać zadowolenia z relacji intymnej, lecz może paradoksalnie wytworzyć specyficzne zasoby u osób homoseksualnych pozytywnie oddziałujące na tworzone przez nich związki miłose. Istotne jest również oddziaływanie na społeczeństwo poprzez przekazywanie informacji obalających negatywne stereotypy dotyczące damsko-damskich i męsko-męskich relacji intymnych. Wiedza dotycząca homoseksualnej relacji intymnej może przyczynić się również do lepszego zrozumienia bio-psycho społecznej natury człowieka.

## LITERATURA

Abramowicz, M. (2007). Sytuacja społeczna osób biseksualnych i homoseksualnych. Analiza danych

Studia Psychologiczne, t. 50 (2012), z. 1, s. 15–26

- z badania ankietowego, [w:] M. Abramowicz (red.), Sytuacja społeczna osób biseksualnych i homoseksualnych w Polsce. Raport za lata 2005 i 2006. Warszawa: Kampania Przeciw Homofobii i Stowarzyszenia Lambda Warszawa.
- American Psychological Association (2008). Answers to your questions: For a better understanding of sexual orientation and homosexuality. Washington: American Psychological Association.
- Argyle, M. (1999). Przyczyny i korelaty szczęścia, [w:] J. Czapiński (red.), Psychologia pozytywna. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN SA.
- Bailey, J. M., Gaulin, S., Agyei, Y. i Gladue, B. A. (1994). Effects of gender and sexual orientation on evolutionarily aspects of human mating psychology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 1081-1093.
- Biss, W. J. i Horne, S. G. (2005). Sexual satisfaction an more than a gendered concept: the roles of psychological well-being and sexual orientation. *Journal of Constructivist Psychology*, 18, 25-38.
- Boczkowski, K. (2003). Homoseksualizm. Kraków: inter esse.
- Brzask, A. (2008). Homoseksualizm u mężczyzn. Aspekty psychologiczne, psychiatryczne i ewolucyjne. Wrocław: Wydawnictwo Continuo.
- Cierpiątkowska, L. (2007). Psychopatologia. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe „Scholar”.
- Czapiński, J. (2004). Osobowość szczęśliwego człowieka, [w:] J. Czapiński (red.), Psychologia pozytywna. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN SA.
- Diessner, R., Frost, N. i Smith, T. (2004). Describing the neoclassical psyche embedded in Sternberg's Triangular Theory of Love. *Social behavior and personality*, 32, 683-690.
- Długołęcka, A. (2005). Kształtowanie się tożsamości osób homoseksualnych, [w:] K. Slany, B. Kowalska, M. i Śmietana (red.), Homoseksualizm, perspektywa interdyscyplinarna. Kraków: Zakład Wydawniczy „Nomos”.
- Eichberg, R. (1995). Ujawnij się prawda lesbijek i gejów. Warszawa: Agencja Wydawnicza Jacek Santorski & CO.
- Gobrogge, K. L., Perkins, P. S., Baker, J. H., Balcer, K. D., Breedlove, S. M. i Klump, K. L. (2007). Homosexual Mating Preferences from an Evolutionary Perspective: Sexual Selection Theory Revisited. *Archives of Sexual Behavior*, 36, 717-723.
- Gurba, E. (2000). Wczesna dorosłość, [w:] B. Harwas-Napierała, J. Trempała (red.), Psychologia rozwoju człowieka, t. 2. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Hendrick, C. i Hendrick, S. S. (1986). A theory and method of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 392-402.
- Lew-Starowicz, Z., Lew-Starowicz, M. (1999). Homoseksualizm. Warszawa: Wydawnictwo Lekarskie PZWL.
- Lew-Starowicz, Z., Lew-Starowicz, M i Dulko, S. (2005). Homoseksualizm, [w:] K. Slany, B. Kowalska, M. Śmietana (red.), Homoseksualizm, perspektywa interdyscyplinarna. Kraków: Zakład Wydawniczy „Nomos”.
- Myers, D. G (1996). Psychologia społeczna. Poznań: Wydawnictwo Zysk i S-ka.
- Nichols, M. (2005). Terapia osób należących do mniejszości seksualnych, [w:] S. R. Leiblum, R. C. Rosen (red.), Terapia zaburzeń seksualnych. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Palus, K. (2010). Wybrane psychologiczne uwarunkowania braku partnera życiowego w okresie wczesnej dorosłości. Poznań: Wydawnictwo Naukowe Wydziału Nauk Społecznych UAM.
- Prokopowicz, P. (2005). Psychologiczne, społeczne oraz prawne aspekty wychowywania dzieci przez pary homoseksualne, [w:] K. Slany, B. Kowalska, M. Śmietana (red.), Homoseksualizm, perspektywa interdyscyplinarna. Kraków: Zakład Wydawniczy „Nomos”.
- Riggle, E.D.B, Whitman, J.S., Olson, A., Rostosky, S.S. i Strong, S. (2008). The positive aspects of being a lesbian or gay man. *Professional Psychology: Research and Practice*, 39, 210-217.
- Rubin, Z. (1970). Measurement of romantic love. *Journal of Personality and Social, Psychology*, 16, 265-273.
- Sharon, G. (2007). Body image, well-being and sexual satisfaction: a comparison between heterosexual and gay men. *Sexual and Relationship Therapy*, 22 (2), 237-244.
- Slany, K. (2005). Dywersyfikacja form życia rodzinnego we współczesnym świecie. Przykład związków homoseksualnych, [w:] K. Slany, B.

- Kowalska i M. Śmietana (red.), Homoseksualizm, perspektywa interdyscyplinarna. Kraków: Zakład Wydawniczy „Nomos”.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93, 119-135.
- Sternberg, R. J. (1997). Construct validation of a triangular love scale. *European Journal of Social Psychology*, 27, 313-335.
- Szukalski, P. (2005). Zachowania homoseksualne i postawy wobec homoseksualizmu. Analiza porównawcza Polski i krajów wysoko rozwiniętych, [w:] K. Slany, B. Kowalska, M. Śmietana (red.), Homoseksualizm, perspektywa interdyscyplinarna. Kraków: Zakład Wydawniczy „Nomos”.
- Wojcieszke, B. (2010). Psychologia miłości. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- VanderLaan, D. P. i Vasey, P. L. (2008). Mate Retention Behavior of Men and Women in Heterosexual and Homosexual Relationships. *Archives of Sexual Behavior*. 37, 572-585.

## Mgr Piotr Olesiński

Instytut Psychologii, Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu,  
Institute of Psychology, Adam Mickiewicz University, Poznan

### INTIMATE RELATIONSHIP OF HOMOSEXUAL PEOPLE AND DIFFICULTIES IN ESTABLISHING AND MAINTAINING IT

The aim of this article is to present specific aspects of intimate homosexual relationships and important challenges that can affect the ability of people belonging to sexual minorities to create satisfying love relationships and as a result lead to loneliness. The article focuses on such issues as the legal impossibility of marriage, the development of psychosexual identity and social discrimination. Various positive and negative aspects of homosexual people life will be discussed indicating their importance for the intimate relationships based on three love factors according to Sternberg's theory: passion, intimacy and commitment.

**Keywords:** love, homosexuality, intimate relationship, loneliness, coming out