

BŪTĪ SAVIMI

GIDAS HOMOSEKSUALIEM JAUNUOLIAMS

TOLERANTISKO JAUNIMO ASOCIACIJA

UDK 613.88
Bu389

Sudarė: Artūras Rudomanskis
Autoriai: Ruslanas Ditkevičius, Vytautas Juzėnas,
Tadas Kildušis, Domantas Širvinskas
Turinio redaktorius: Mindaugas Kluonis
Kalbos redaktorė: Gintarė Zinkutė-Neimaer
Dizainas: Inspirational Brother

Tiražas 1000 egz.
Projektas „Kovok už save – už LGBT teises“
© Tolerantiško jaunimo asociacija, 2011
<http://www.tja.lt>



NYDERLANDŲ KARALYSTĖS AMBASADA



Šis leidinys yra Tolerantiško Jaunimo Asociacijos vykdomo projekto „Kovok už save – už LGBT teises“ vienas iš veiklos rezultatų. Projektą remia Nyderlandų Karalystės ambasada Vilniuje ir Nyderlandų Karalystės užsienio reikalų ministerija.

ISBN 978-9955-786-21-4

ĮŽANGA. Rankose laikote knygėlę, kuri padės jaunam žmogui lengviau suprasti savo seksualinę orientaciją ir, jeigu ji yra „kitokia“, priimti pozityviai. Knygelė taip pat padės geriau suprasti savo homoseksualius arba biseksualius draugus. 14–18 metų amžiaus jaunuoliai, besielgiantys kiek kitaip, nei reikalauja suaugusiųjų įdiegtos ir mokykloje bendraamžių primetamos taisyklės, neretai kenčia stiprius vidinius išgyvenimus, girdi patyčias, yra žeminami. Tiems, kurie nepritampa dėl savo seksualinės orientacijos, yra ypač sudėtinga, nes dėl aplinkoje vyraujančių normų pasikalbėti apie šias problemas nėra su kuo.

Knygelė turėtų padrąsinti jaunus žmones priimti savo homoseksualumą ar biseksualumą, su juo susigyventi ir drąsiai jaustis dėl savo ateities. Svarbiausia yra suprasti, kad homoseksualus žmogus nėra niekuo prastesnis už kitus, net jei kai kurie aplinkiniai bando įteigti priešingai.

Tolerantiško Jaunimo Asociacijos nariai šią knygėlę rengė labai nuoširdžiai, prisimindami sunkią bei džiuginančią savo gyvenimo patirtį. Įveikę daug sunkumų, šeimoms bei draugams atskleidę savo orientaciją, susiradę daugybę į save panašių draugų ir dabar kovojantys už gėjų, lesbiečių ir biseksualų teisę nesibaiminant gyventi visavertį gyvenimą, knygelės sudarytojai dalijasi patirtimi su tais, kurie dar tik žengia pirmuosius savęs pažinimo žingsnius.

Rašydami autoriai rėmėsi geraisiais užsienio metodinės literatūros pavyzdžiais, o pasitelkę Lietuvoje gyvenančių homoseksualių žmonių patirtį ir atliktų tyrimų duomenis, knygėlę pritaikė vietos aktualijoms. Atsivertę šį leidinį, rasite daugybę patarimų ir atsakymų į klausimus, kurie galbūt seniai Jums neduoda ramybės: „Kaip suprasti savo seksualinę orientaciją?“, „Ar pasisakyti apie savo seksualinę orientaciją draugams bei artimiesiems? Kaip tai padaryti?“, „Kokia yra homoseksualumo istorija?“, „Ar įmanomi ilgalaikiai santykiai tarp homoseksualių žmonių?“, „Ką reikia žinoti, kad nesusirgtum lytiškai plintančiomis ligomis?“ ir pan.

Nuoširdžiai dėkojame visiems, kurie savo kūryba ar kitokiu įnašu prisidėjo, kad ši knygėlė išvystų dienos šviesą. Labai dėkojame Ingai už visokeriopą pagalbą. Labai dėkojame Nyderlandų Karalystės ambasadai Vilniuje ir Nyderlandų Karalystės užsienio reikalų ministerijai, kurių parama įgyvendinant projektą „Kovok už save – už LGBT teises“ padėjo šios knygelės idėjoms pasiekti Jus.

A B C D E F G H I J K L M N O P R S
T U V Z A B C D E F G H I J K L M N
O P R S T U V Z A B C D E F G H I J
K L M N O P R S T U V Z A B C D E F
G H I J K L M N O P R S T U V Z A B
C D E F G H I J K L M N O P R S T U
V Z A B C D E F G H I J K L M N O P
R S T U V Z A B C D E F G H I J K L
M N O P R S T U V Z A B C D E F G
H I J K L M N O P R S T U V Z A B C
D E F G H I J K L M N O P R S T U V
Z A B C D E F G H I J K L M N O P R
S T U V Z A B C D E F G H I J K L M
N O P R S T U V Z A B C D E F G H I
J K L M N O P R S T U V Z A B C D E
F G H I J K L M N O P R S T U V Z A
B C D E F G H I J K L M N O P R S T

PAGRINDINIAI DALYKAI, KURIUOS TURI ŽINOTI

Prieš pradėdami plačiau nagrinėti homoseksualumą ir su juo susijusius iššūkius, norėtume supažindinti su svarbiausia informacija.

Pirmiausia žinotina, kad homoseksualumas yra emocinis ir seksualinis potraukis tos pačios lyties žmonėms. Paprasčiau tariant, jei vaikinui patinka vaikinai arba merginai patinka merginos, tokį vaikną ar merginą vadiname homoseksualių ar homoseksualia. Yra žmonių, kuriems patinka abiejų lyčių asmenys – tiek vaikinai, tiek merginos. Tokie žmonės vadinami biseksualiais. Tuo tarpu heteroseksualiais vadiname vaikus, kuriems patinka merginos, ir merginas, kurioms patinka vaikinai.

Dažniausiai neheteroseksualios orientacijos asmenys įvardijami santrumpa LGBT – lesbietės, gėjai, biseksualai ir transseksualai. Kartais ši santrumpa išplečiama pridėdant raidę Q (LGBTQ), kuri reiškia dar iki galo nesuvokusius savo orientacijos (angl. Questioning) arba netelpančius į tradicinius lyties vaidmenų rėmus (angl. Queer).

Homoseksualios merginos vadinamos lesbietėmis, o homoseksualių vaikinai – gėjais. Transseksualais vadinami žmonės, kurie save suvokia kaip priešingos lyties asmenį, nei patys yra fiziškai. Tarkime, vaikinai, kurie save suvokia kaip merginą, yra vadinami transseksualių. Nereikėtų transseksualumo painioti su elgesiu, kuris tiesiog neatitinka įprasto vyrų ar moterų elgesio. Tai, kad vaikinai šoka baletą ar mėgsta megzti, o mergina lanko bokso treniruotes ir svajoja tapti policininke, dar nereiškia, kad jie yra transseksualių, nors toks elgesys yra labiau įprastas kitai lyčiai.

Neretai pasitaiko žmonių, jaučiančių neapykantą homoseksualams. Šis reiškinys, kildinamas iš nežinojimo ir nepagrįstos baimės, vadinamas homofobija.

HOMOSEKSUALUMO PRIEŽASTYS

Mokslininkai metų metus kūrė teorijas, bandydami paaiškinti homoseksualumo priežastis. Pavyzdžiui, buvo manoma, kad vaiko homoseksualumą lemia aplinka: tėvai, jų asmenybių tipai ar vieno iš tėvų dominavimas šeimoje. Tokias teorijas šių dienų psichologija atmetė, nors panašūs mitai vis dar gyvi mūsų visuomenėje.

Homoseksualūs žmonės užauga įvairiose šeimose. Vienose dominuoja tėvas, kitose – motina. Gėjai, lesbietės ir biseksualai šeimose būna vienturčiai arba turi brolių ir seserų, būna jauniausi, vyriausi arba viduriniai vaikai. Kai kurie iš jų turi homoseksualių brolių, seserų ar kitų šeimos narių, o kiti neturi jokių homoseksualių giminių. Daugelis užauga šeimose, kurias visuomenė laiko pavyzdinėmis.

Šių dienų tyrėjai laikosi nuomonės, kad homoseksualumo priežastys gali būti biologinės, tačiau vieningos nuomonės nėra. Sutariama, kad homoseksualumas nėra tiesiogiai susijęs su šeimos sudėtimi ar aplinka, kurioje augo vaikas, todėl kai kurie genetikai tikisi atrasti homoseksualumo geną.

AR HOMOSEKSUALUMAS – LIGA? AR GYDOMA?

Šiandien mokslininkų bendruomenė sutaria dėl to, kad seksualinė orientacija yra arba įgimta, arba įgyjama kūdikystėje, todėl negali būti pakeista. Homoseksualumas nėra liga ir tai pripažįsta Pasaulio sveikatos organizacija (PSO) – speciali Jungtinių Tautų institucija, nustatanti sveikatos standartus. Šios organizacijos ligų klasifikatoriumi, kuriame nurodoma, kad homoseksualumas nėra nei liga, nei sutrikimas, naudojasi ir Lietuvos gydymo įstaigos.

Vis dėlto, kai kurios (dažniausiai religinės) grupės ar pasipelnijimo siekiantys medikai bando keisti lengvatikių seksualinę orientaciją taikydami „gydymą nuo homoseksualumo“.

Tokią praktiką („gydymą“ maldomis, buriantis į savipagalbos grupes ar taikant psichologinio spaudimo metodus ir pan.) seniai pripažino netinkama visos svarbiausios medikų ir profesionalių psichologų bei psichiatrų asociacijos. Įrodyta, kad toks „gydymas“ sukelia rimtų komplikacijų ir net skatina savižudybes. Homoseksualumas nėra pasirenkamas, todėl negalima „atsi-

versti“ ir pakeisti savo lytinės orientacijos, nesvarbu, ar būtumei heteroseksualus, ar homoseksualus. Dažnai toks „gydymas“ būna pagrįstas psichologiniu arba fiziniu smurtu. Taip žalojama žmonių psichika, o tariamai „pasveikusieji“ vėliau prisipažįsta tik apgaudinėję save.

IDOMŪS ISTORINIAI FAKTAI

- 1973 metais Amerikos psichiatrų asociacija išbraukė homoseksualumą iš ligų sąrašo, pripažindama, kad homoseksualumas nepablogina protavimo stabilumo, patikimumo ar bendrųjų socialinių ir profesinių įgūdžių.
- 1990 metais Amerikos psichologų asociacija, apibendrindama mokslinius faktus ir tyrimus, konstatavo, jog „atkuriamoji terapija“ („gydymas“ nuo homoseksualumo) yra neveiksminga ir gali pridaryti daug žalos žmogaus psichikai.
- 1992 metais Pasaulio Sveikatos Organizacija priėmė Tarptautinį ligų klasifikatorių ICD-10, kuriame iš ligų sąrašo buvo išbrauktas homoseksualumas. Šis klasifikatorius oficialiai naudojamas daugelyje šalių.
- 1997 metais Amerikos psichologų asociacija dar kartą viešai įspėjo dėl „atkuriamosios terapijos“ (kartais vadinamos „atsivertimo terapija“) žalos.
- 1998 metais Amerikos psichiatrų asociacija pareiškė, kad ji nepritaria „atkuriamajai terapijai“, ir konstatavo: „Psichiatrinė literatūra akivaizdžiai parodo, kad bandymai gydyti, norint pakeisti seksualinę orientaciją, yra neefektyvūs. Tačiau galima rizika yra milžiniška – depresija, nerimas ir noras nusižudyti...“
- Amerikos medikų asociacija savo nutarime Nr. H-160.991 konstatavo, kad ji „nepritaria „atkūrimo“ arba „atvertimo“ terapijai, kuri remiasi prielaida, jog homoseksualumas yra proto sutrikimas, arba išankstinia nuostata, kad pacientas privalo pakeisti savo homoseksualią orientaciją.“
- 2007 metais homoseksualų „atvertimą“ propaguojančios JAV religinės organizacijos „Exodus International“ buvę vadovai paskelbė atvirą laišką ir atsiprašė žmonių, kuriuos suklaidino, žadėdami pakeisti lytinę orientaciją. Jie paragino homoseksualus „atversti“ bandančių organizacijų vadovus „rasti drąsos įvertinti savo darbo vaisius“.

[illegible]

AR AŠ GĖJUS? AR AŠ LESBIETĖ?

KAIP SUŽINOTI AR ESU HOMOSEKSUALUS?

Suprasti savo seksualinę orientaciją tu gali stebėdamas savo emocijas ir jausmus. Atsimink, kad tam tikru gyvenimo momentu beveik kiekvienas gali patirti seksualinį potraukį tai pačiai lyčiai. Tačiau seksualinė patirtis su tos pačios lyties partneriu nebūtinai reiškia, kad esi homoseksualus. Lygiai taip pat, kaip ir seksualinė patirtis su priešingos lyties partneriu dar nereiškia, jog esi heteroseksualus. Be to, visiškas homoseksualumas ar heteroseksualumas pasitaiko retai. Dažniausiai žmonės turi tiesiog labiau dominuojančią vienokią ar kitokią orientaciją, kuri įvairiais gyvenimo tarpsniais gali šiek tiek keistis.

Gali būti visiškai „nekaltas“, neturėjęs jokių seksualinių santykių, tačiau vis tiek suprasti, kad esi homoseksualus. Jausmai ir fizinis potraukis gali padėti tau suvokti, kas esi.

MITAI, STEREOTIPAI BEI IŠANKSTINĖS NUOMONĖS

Heteroseksualių žmonių, kaip ir homoseksualių, vaidmenis dažnai lemia stereotipai. Stereotipas – tai manymas ar įsivaizdavimas, kad visi tam tikros grupės nariai (pavyzdžiui, to paties amžiaus, tos pačios rasės, lyties ir pan.) yra vienodi, neturintys išskirtinumo. Tai yra visuma bruožų, kuriais apibūdinama tam tikra žmonių grupė, kalbant apie jos elgesį, įpročius ir pan. Stereotipų tikslas yra supaprastinti realybę sakant: jie tiesiog tokie yra. „Mokytojai yra despotiški“, „vieni žmonės yra tinginiai, o kiti darbštūs“, „žmonės, gyvenantys tam tikroje miesto dalyje, yra pavojingi“ ir t. t. Galbūt – vienas ar keli. Bet neįau visi ir kiekvienas? Stereotipai, apibūdinantys konkrečią žmonių grupę, gali netikti nė vienam, esančiam toje grupėje. Kartais jie tinka keliems žmonėms, kartais didesniai ratui, tačiau stereotipai niekada netiks kiekvienam grupės nariui.

Stereotipai paprastai remiasi nuomone, kurią mes įgijome mokykloje ar

namuose, kurią suformavo, pvz., žiniasklaida ir kuria apibendrinami visi grupei priklausantys žmonės. Stereotipai kyla iš nežinojimo, juos taip pat sukuria įdiegtos išankstinės nuostatos. Turbūt esi girdėjęs sakant, kad gėjai yra neatletiški, labiau moteriški nei kiti vaikinai. Bet kaip gi tuomet Dave Kopay ar Esera Tuaolo, kurie žaidė futbolą JAV nacionalinėje futbolo lygoje daugiau nei 10 metų? Na, o olimpinio aukso medalininkas Greg Louganis? Šie vyrai, kaip ir daugybė kitų garsių pasaulio atletų, yra gėjai. Tiesiog kai kurie vaikinai yra „vyriški“, o kai kurie – ne. Ir tiek. Tai visiškai įprasta ir normalu. Tą patį būtų galima pasakyti ir apie lesbietes ar biseksualias moteris. Yra begalė stereotipų, susijusių su lesbietėmis. Vienoms moterims jie tinka, kitoms ne.

Kai kurie žmonės jautriai reaguoja į stereotipus, perdėtai bandydami jų išvengti. Vaikinai, kurie nėra tikri dėl savo seksualinės orientacijos, gali dėtis itin vyriškais, kaip ir kai kurie gėjai, kurie bijo būti atskleisti. Dėl tos pačios priežasties kai kurios lesbietės dedasi esą labai moteriškos. Nesisielok dėl egzistuojančių stereotipų – jie negali visiškai išreikšti to, kas tu esi, nesvarbu, ar tie stereotipai tau tinka, ar ne. Yra begalė kitų būdų, galinčių apibrėžti tavo LGBT tapatybę. Kartais kalbame apie stereotipus, norėdami jaustis stipresni ar pranašesni už kitus. Kartais – norėdami pateisinti save: „Aš nieko negaliu pakeisti! Mes visi tokie esame!“. Atmink, tau nereikia niekam nieko įrodinėti – tiesiog būk savimi

HOMOSEKSUALUMO FAZĖS



PAJUTIMAS

Dažniausiai seksualinė orientacija pradeda reikštis paauglystėje. Kai kurie žmonės potraukį priešingos ar tos pačios lyties asmenims pradeda jausti būdami 10–11 metų amžiaus, kiti – jau nuo pat mažumės, būdami vos penkerių ar šešerių. Gali užtrukti nemažai laiko, kol išdrįsi įvardyti savo jausmus – pradėsi suvokti save kaip gėjų, lesbietę ar biseksualą. Pasitaiko ir tokių atvejų, kai savo „kitokią“ seksualinę orientaciją žmonės „atranda“ tik būdami suaugę, ir tai išties gali sugluminti. Sugebėjus įvardyti savo orientaciją, viskas atsistoja į vietas ir paaiškina jausmus, kuriuos žmogus jautė augdamas.

Kartais pasitaikančios seksualinės fantazijos apie tos pačios lyties partnerius ankstyvajame paauglystės amžiuje yra normalus raidos etapas. Jei tai patyrei, dar negali spėti, kad esi homoseksualus. Žmogaus seksualumas vystosi laikui bėgant. Tikrai nereikia jaudintis, jeigu dar nesi tikras. Paauglystė yra laikas išsiaiškinti, kas tau tinka ir kokios lyties asmenys tau sukelia stipresnius jausmus. Stebėdamas save, laikui bėgant suprasi, kad labiausiai tave traukia vyrai arba moterys, arba ir vieni, ir kiti. Tada ir žinosi, kokia tavo lytinė orientacija.

SUVOKIMAS IR PRIPAŽINIMAS

Paauglystė yra labai svarbi gyvenimo dalis – tu pereini į suaugusiųjų pasaulį, nors galbūt ir neturi visų suaugusiųjų teisių. Santykiai su tėvais, globėjais ir šeima po truputį keičiasi: tampa mažiau priklausomas ir jie privalo susitaikyti su tuo, kad daugiau nebesi jų mažoji mergaitė ar berniukas. Šie pokyčiai nėra lengvi tiek jiems, tiek tau.

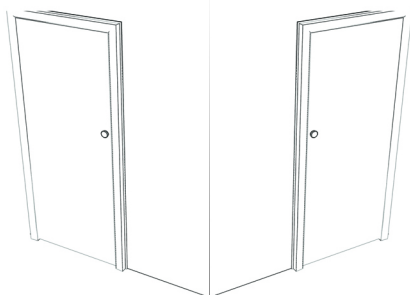
Staiga tai, apie ką prieš kelerius metus net nebūtumei pagalvojęs – romantiški santykiai, pasimatymai, bučiniai, seksas – gali atrodyti tarsi svarbiausi dalykai pasaulyje. Jei esi homoseksualus, viskas tampa dar painiau ir sudėtingiau.

Jei esi vaikinąs, augančio tavęs draugai ar šeima galbūt klausdavo apie patinkančias merginas, jei esi mergina – apie vaikus. Tikriausiai jie šnekėdavo apie pasimatymus, įsimylėjimą ar net vestuves. Bet jie niekada turbūt nėra net pagalvoję apie tai, kad jų atžala susiras tos pačios lyties partnerį ir su juo sukurs šeimą. Neverta jaudintis suvokus savo

homoseksualumą. Seksualinė orientacija tiesiog yra viena tavo asmenybės dalis.

Gali užtrukti laiko, kol tikrai suprasi, kas esi iš tiesų. Visiškai normalu, jeigu jautiesi pasimetęs ir nesi tikras, koks tu: homoseksualus ar heteroseksualus. Suprantama, kad reikės skirti nemažai laiko norint tai išsiaiškinti. Jeigu manai, kad esi gėjus, lesbietė, biseksualus ar transseksualus – nebijok ir neslėpk to nuo savęs paties.

Tikėtina, kad tarp tavo artimų žmonių yra kas nors, su kuo gali atvirai pasikalbėti. Kalbėjimasis iš tikrųjų padeda. Deja, Lietuvoje, kurioje tik labai maža dalis gėjų ir lesbiečių yra atskleidę savo seksualinę orientaciją, tai padaryti gali būti sunku. Tačiau ir mūsų šalyje šia tema yra išleista knygų, taip pat yra žmonių, su kuriais gali susitikti, kurie pasidalins savo patirtimi ir padės eiti toliau. Knygelės gale rasi nuorodų – jos padės rasti informaciją, kurios tau gali prireikti.



AR ATSISKLEISTI?

Atsiskleidimas savo aplinkos žmonėms – draugams, tėvams, bendramoksliams, mokytojams – sudėtingas, tačiau svarbus žingsnis homoseksualaus asmens gyvenime. Būtina suprasti, kad kiekvienas turi teisę rinktis, kam pasisakyti apie savo orientaciją, kada ir kaip tai padaryti. Nėra vienintelio teisingo būdo, kaip pasirinkti tinkamus žmones ir kaip teisingai juos informuoti. Kiekvienas apsisprendęs atsiskleisti, turėtų numanyti, kaip tai gali pakeisti santykius su artimais žmonėmis. Jų pirmoji reakcija gali būti įvairi: nuo nusivylimo iki džiaugsmo, tačiau ateityje tai gali padėti jūsų bendravimui.

KA SUTEIKIA ATSISKLEIDIMAS:

- Visavertišką gyvenimą be slapstymosi;
- Artimesnius santykius su svarbiais žmonėmis;
- Pasitikėjimą savimi žinant, kad esi mylimas dėl to, kas esi, o ne kuo apsimetinėji;
- Sumažėjusį stresą dėl tikrosios tapatybės slėpimo;
- Galimybę užmegzti ryšį su LGBT bendruomene, gauti iš jos pagalbos, susirasti draugų;
- Paskatinti atsiskleisti kitus, padėti jiems nebesislėpti.
- Didesnis atsiskleidusių homoseksualų kiekis mažina homofobiją.

Tačiau atsiskleidimas gali sukelti ir neigiamų pasekmių – homofobiškiems žmonėms artimųjų pasisakymas greičiausiai taps sunkiu išbandymu.

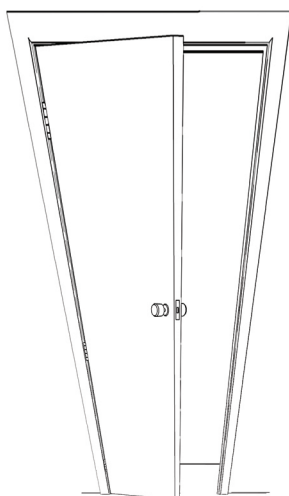
KOKIOS ATSISKLEIDIMO RIZIKOS:

- Ne visi asmenys gali reaguoti taip, kaip planuota – kartais nutinka ir blogiau;
- Atsiradusi santykių įtampa (dažniausiai trumpalaikė);
- Diskriminacija ir užgauliojimas (ypač tarp bendraamžių mokykoje);
- Konservatyvių šeimos narių paramos (finansinės ar moralinės) praradimas.

Gerais apsisvarstęs ir nusprendęs pasisakyti vienam iš artimųjų ar draugų, tai daryk atsargiai ir apgalvotai. Štai sąrašas dalykų, kurių negalima užmiršti pasisakant artimiems žmonėms:

- Svarbu išsiaiškinti, kokia pasirinkto žmogaus nuomonė apie homoseksualius asmenis. Tai gali padaryti pradėjęs kalbą apie homoseksualų atlikėją, TV laidos ar filmo personažą, apie naujienas, susijusias su LGBT bendruomene. Taip sužinosi ne tik bendrą žmogaus supratimą apie homoseksualumą, bet ir jo žinias ar nuomonę konkrečiais klausimais: gyvenimą šeimoje ar kaimynystėje, eisenas, vienos lyties santuoką ar įsivaikinimą. Tai gali padėti ruošiantis pirmajam pokalbiui.
- Jei pasisakai žmogui, kurį yra pasiekę daug neigiamų stereotipų iš aplinkos arba kuris apskritai nieko nežino apie LGBT, patartina pokalbiui pasiruošti net ir teoriniu lygiu. Naudinga internete surasti pagrindinius su homoseksualumu susijusius mitus ir išsamius jų paneigimus su paaiškinimais, nes pokalbio metu juos gali tekti prisiminti.
- Svarbu žinoti, ką konkrečiai nori pasakyti atsivėrimo momentu: gal tai tėra abejonė dėl savo orientacijos, gal tik silpnas potraukis tai pačiai lyčiai, o gal blogas jausmas dėl to, kad aplinkiniai reikalauja elgtis pabrėžtinai vyriškai arba moteriškai. Tai reikėtų apgalvoti iš anksto, nes greičiausiai pokalbis bus jaudinantis ir gali būti sunku aiškiai išreikšti mintis.
- Jei turi daugiau homoseksualių pažįstamų ar draugų, jie gali duoti naudingų patarimų, o sėkmingos jų atsiskleidimo istorijos suteikti drąsos.
- Reikėtų pasirinkti tinkamą laiką, kad žmogus, kuriam atsiskleidi, nebūtų stipriai dėl ko nors susinervinęs, neturėtų didelių sunkumų darbe, šeimoje, tarp draugų. Netinkamas laikas gali būti jautresnės ir blogesnės reakcijos priežastis.
- Kantrybė. Svarbu būti pasiruošus šiek tiek palaukti, leisti žmogui apsiprasti su mintimi, išgyventi įvairių emocijų antplūdį. Tai laikina ir praeina per kelias dienas ar savaites. Tereikia leisti suprasti, kad bet koks tolimesnis atviras dialogas yra daugiau nei laukiamas.
- Patartina būti akis į akį su asmeniu, kuriam atsiskleidi. Tai svarbu, jei nori sulaukti kuo nuoširdesnės reakcijos, nes aplinkiniai ją gali varžyti.
- Kad ir kokią reakciją sukeltų atsiskleidimas, svarbu leisti suprasti: apie orientaciją pasisakai todėl, kad pašnekovą laikai brangiu ir svarbiu žmogumi.

TU IR TAVO ŠEIMA



Ar turėtum atsiskleisti savo šeimos nariams? Taip, jeigu tu to nori, ir tik tada, kai būsi tam pasiruošęs ir jausiesi saugus tai darydamas. Neatsiverk vien tik dėl to, kad kas nors mano, jog tau reikėtų tai padaryti. Tai turi būti tik tavo paties sprendimas. Tu gali pasipasakoti vienam žmogui, draugams, tik šeimai arba visiems, kuriuos pažįsti. Viskas priklauso nuo tavęs.

Prieš atsiverdamas šeimos nariams, pirmiausia turėtum tai padaryti pačiam sau. Tai reiškia ne tik žinojimą, kad esi gėjus, lesbietė, biseksualus ar transseksualus, bet ir užtikrintumą tuo bei komfortiškumo jausmą. Žinojimas, kad esi homoseksualus, yra tiesiog geresnis savęs supratimas. Tu esi tas pats žmogus, kuris buvai vakar, tiesiog dabar daugiau žinai apie save.

Atsiskleidimas tau nėra lengvas, tačiau šis procesas tiek pat sunkus visiems tavo artimiesiems. Daugelis, sužinoję, kad vaikas yra gėjus ar lesbietė, iš pradžių bando tai neigti. Kovodami su savimi, bandydami susitaikyti su savo vaiko seksualine orientacija, jie dažnai nerimauja, kad apie tai sužinos kiti žmonės. Tikru iššūkiu tampa situacija, kai tenka atsakinėti į tokius klausimus: „Ar jis turi merginą?“ arba „Kada ji ruošiasi tekėti?“

Tačiau dauguma homoseksualų po atsiskleidimo supranta, kad iš tikrųjų baimė buvo daug didesnė už pačią tikrovę. Kai kurie metų metus atidėlioja apie tai pasakyti savo tėvams ir artimiesiems, o vėliau gauna paprasčiausią atsakymą: „Mes jau seniai tai žinome.“

Jei ketini pasisakyti artimiesiems apie savo orientaciją, gali tam pasiruošti. Kuo daugiau sužinok apie šiuolaikinį psichologų ir kitų profesionalų požiūrį. Taip jausiesi saugus, jei susidursi su klaidingų įsitikinimų žmonėmis. Yra daugybė autoritetų, kurių žiniomis galėsi remtis kalbėdamas su draugais ir artimaisiais. Sužinojęs apie kitų žmonių patirtį, išgirdęs jų istorijas, daugiau sužinosi ir apie save – ko gali tikėtis atsiskleisdamas pats.

TAVO SANTYKIAI SU BENDRAAMŽIAIS

Paauglystė yra pakankamai sunkus laikotarpis, kai tenka išmokti sutarti ir su savimi, ir su aplinkiniais. Homoseksualumas, deja, šio laikotarpio nepalengvina. Tačiau tai dar nereiškia, kad viskas yra labai blogai.

Homoseksualiam paaugliui santykius su bendraamžiais dažnai šiek tiek temdo tai, kad aplinka jį tiesiog laiko heteroseksualiu ir tikisi atitinkamo elgesio. Nenorėdami rizikuoti dėl santykių, dauguma prisitaiko prie aplinkinių žmonių lūkesčių ir apsimeta tuo, kuo iš tiesų nėra.

Verta atsiskleisti bent keliems geriausiems draugams. Tai leistų bent su keliais žmonėmis būti savimi ar nuoširdžiai pasikalbėti. Be abejonės, prieš tai verta labai gerai pasverti, ar draugas yra tikrai patikimas, ar tavo pasisakymas nepasklis visur. Labai retais atvejais atsitinka taip, kad geras draugas, sužinojęs, kad artimas žmogus yra homoseksualus, nutraukia draugystę. Daug dažniau atsitinka priešingai – homofobiškas draugas tampa tolerantiškesnis. Žinoma, jausmai ir seksualinė orientacija yra tik tavo reikalas, todėl tik pats turi nuspręsti, ar kam nors apie tai pasakyti ir kada tai padaryti.

Verta susipažinti su tos pačios orientacijos bendraamžiais. Tą galima padaryti jaunimo organizacijose, renginių metu ar LGBT bendruomenės svetainėse. Tokie draugai galės lengviau suprasti tau išylančias problemas, palaikyti. Taip pat nereikės bijoti būti pasmerktam vien dėl savo seksualinės orientacijos.

PATYCIOS

Tu turi teisę būti toks, koks esi ar nori būti, kol tai nekenkia kitiems. Niekas neturi teisės tavęs dėl to užgaulioti. Jei su patyčiomis susiduri mokykloje, gali apie tai pasikalbėti su mokyklos psichologu ar klasės auklėtoju. Jie privalo tau padėti mokykloje jaustis saugiai. Gali bandyti su patyčiomis aktyviai kovoti pats. Labai svarbu turėti draugų, kurie palaikytų sunkiais momentais, nes likti vienam yra sunkiausia. Taip pat verta neužmiršti, kad kova prieš patyčias yra ilga ir sudėtinga. Tad būtina apsišarvuoti kantrybe bei ištverme. Užsisklęsti savyje ir tylėti – blogiausia, ką gali daryti. Taip neišspręsi problemos – taps tik dar sunkiau.

SANTYKIAI SU MOKYTOJ AIS IR MOKYKLOS PSICHOLOGU

Pasaulyje mokslo tyrimai, nagrinėjantys homoseksualių žmonių psichologinę būseną, atliekami jau daug metų. Nustatyta, kad homoseksualumas nesusijęs su jokiais psichikos sutrikimais. Vėlesni tyrimai rodo, kad homoseksualūs žmonės patiria daugiau psichologinio streso, įtampos ir juos dažniau nei heteroseksualius aplanko mintys apie savižudybę. Tai ypač būdinga paaugliams, kurie ima suvokti, kad yra kitokie nei dauguma bendraamžių. Kokios psichologinės pagalbos galima tikėtis?

Konsultuotis su gydytoju ir tikėtis pakeisti savo seksualinę orientaciją yra netikslinga. Homoseksualumas nėra liga, kurią būtų galima išgydyti. Tai yra natūralus ir normalus reiškinys. Gali būti situacijų, kai naudinga pasikonsultuoti su psichiatru ar psichologu. Kreiptis į šiuos specialistus gali, jeigu nori pasikalbėti apie savo jausmus arba jeigu reikia patarimo, kaip su jais susitvarkyti. Dauguma psichologų ir psichoterapeutų gali pasiūlyti savo pagalbą priimant savo homoseksualią orientaciją ir ieškant būdų, kaip su ja gyventi visavertiską ir prasmingą gyvenimą. Jei specialistas neturi kompetencijos konsultuoti homoseksualių žmonių, jis gali rekomenduoti tai gebantį daryti kolegą.

Homoseksualūs žmonės gali nuogąstauti, kad specialistas, kuriam jie atskleis savo seksualinę orientaciją, reaguos priešišškai. Iš tiesų dauguma psichologų bei psichoterapeutų homoseksualią orientaciją laiko natūraliu dalyku ir su homoseksualiu žmogumi dirba taip pat, kaip ir su heteroseksualiu – stengdamiesi suprasti jų sunkumus, padėti geriau suvokti, priimti ir ugdyti įvairias savo asmenybės puses. Kreipiantis pagalbos nereikėtų slėpti savo seksualinės orientacijos, nes nebus įmanoma kalbėti apie labai didelę ir svarbią gyvenimo dalį: įsimylėjimą, artimus santykius, poreikį slėpti savo asmeninį gyvenimą, įtampą dėl visuomenės priešiškumo. Nereikėtų baimintis, kad specialistui Jūsų patikėtos paslaptys bus paviešintos – psichikos sveikatos specialistai vadovaujasi griežtomis etikos taisyklėmis, draudžiančiomis

skelbti klientų jiems patikėtą informaciją, o šių taisyklių sulaužymas jiems gali kainuoti karjerą.

Žinotina, kad religinėse organizacijose dirbantys psichologai ir psichoterapeutai, kurių profesinės pažiūros yra glaudžiai susijusios su jų tikėjimo nuostatomis, kartais tiki, jog homoseksualumas yra nenormalus ir vengtinas reiškinys. Jie mano, kad homoseksualus žmogus turi atsisakyti seksualinių santykių arba stengtis tapti heteroseksualiu. Toks požiūris grindžiamas tuo, kad keliuose Biblijos tekstuose homoseksualūs santykiai yra smerkiami (nors vyksta diskusijos, ar ten iš tiesų kalbama apie homoseksualumą). Dėl minėtų priežasčių rekomenduotume vengti specialistų, suusijusių su bet kokiomis religinėmis organizacijomis.

Jeigu vis dėlto nedrąsu kreiptis į mokyklos ar šeimos psichologą, gali bandyti pasišnekėti ir su klasės auklėtoju ar mokytoju. Jeigu numanai, kad mokytojas ar klasės auklėtojas yra priešiškas homoseksualiems žmonėms, savo seksualinės orientacijos geriau jam ir nesistenk atskleisti.

Naudingos informacijos gali rasti nesunkiai – svarbiausia nebijok ieškoti atsakymų į tau rūpimus klausimus.



HOMOSEKSUALUMO ISTORIJA IKI ŠIŲ DIENŲ

Šiuo metu daugelyje civilizuotų šalių homoseksualūs asmenys jau turi dalį įprastų žmogaus teisių ir yra toleruojami, o kai kuriose valstybėse homoseksualams suteiktai teisė į santuoką. Visa tai pasiekta ilgu kovos už pripažinimą ir toleranciją keliu. Kokia šios kovos istorija?

EGIPTAS

Nors žinių apie homoseksualumą senovės Egipte nėra itin daug, esama archeologinių radinių, siejamų su homoseksualumu. Antai 1963 metais egiptologas Ahmedas Moussa, kasinėdamas faraono Uno piramidę, atrado po ja daug senesnę kapavietę, kur buvo palaidoti didikai Chnumchotepas ir Nianchnumas. Tekstai ant sienų teigia, kad jie ėjo manikiūrininkų prižiūrėtojų pareigas penktosios dinastijos faraono Niuserė rūmuose. Nors jie abu turėjo žmonas, piešiniai ant kapavietės sienų neretai vaizduoja juos intymiai apsikabinusius, todėl yra pagrindo manyti, kad Chnumchotepas ir Nianchnumas galėjo būti pirmoji mums žinoma homoseksualų pora.

SENOVĖS GRAIKIJA

Senovės Graikijoje homoseksualumas buvo visiškai įprastas ir toleruojamas reiškinys. Visuotinai priimtas buvo santykių modelis, vadinamas pederastija – paauglio ryšys su vyresniu partneriu, kuris jį mokydavo, perduodamas savo žinias ir patirtį. Tokie ryšiai siedavo ne tik mokytojus ir mokinius, bet ir karius. Istorikas Plutarchas rašo, kad „į šią meilės rūšį linko ne tik pačios karingiausios tautos, tokios, kaip beotiečiai, spartiečiai ir Kretos gyventojai, bet ir daugelis senovės herojų: Meleagras, Achilas, Aristomenas, Kimonas ir Epaminondas“. Manoma, kad ir Aleksandras Makedonietis buvo biseksualus.

Gali pasirodyti keista, bet senovės Graikijoje homoseksualūs santykiai tarp suaugusių vyrų nebuvo priimtini. Ypač smerkiami buvo pasyvieji partneriai – vyras, sueities metu atliekantis „moters“ vaidmenį, buvo niekinamas, nes moterys to meto graikų visuomenėje, kaip ir daugelyje senovės tautų, turėjo

žemesnį statusą.

Homoseksualumo tema yra nereta graikų mitologijoje. Pavyzdžiui, legenda pasakoja mums apie Trojos karaliaus sūnų Ganimedą – nepaprasto grožio jaunuolį, kurį pamilęs Dzeusas pasigrobė ir suteikęs nemirtingumą apgyvendino Olimpe. Žinoma, tai tik mitas, tačiau jis atspindi tuometinius visuomenės santykius.

Apie minėto laikmečio moterų homoseksualius santykius turima nedaug informacijos. Platonas savo „Puotoje“ mini moteris, „kurios nesidomi vyrais, nes jas traukia kitos moterys“. Plačiai žinoma Lesbo saloje gyvenusi poetė Sapfo, kuri parašė daug meilės eilėraščių, skirtų savo mokinėms. Žodis „lesbietė“, kaip užuomina į Sapfo, vėliau virto bendrinio homoseksualių moterų pavadinimu.

SENOVĖS ROMA

Senovės Romoje požiūris į homoseksualius santykius buvo nevienareikšmis. Suaugę Romos piliečiai vyrai, atliekantys pasyvųjį vaidmenį ar besielgiantys „moteriškai“, dažniausiai buvo smerkiami ir rizikavo mažų mažiausiai netekti pilietybės. Antra vertus, buvo toleruojami santykiai, kuriuose pasyvus vaidmuo tekdavo ne piliečiams, vergams, o kartais ir paaugliams.

Kai kurie imperatoriai, pavyzdžiui, Komodas, turėjo homoseksualių meilužių, o Heliogabalas net viešai susituokė su savo partneriu. Imperatorius Adrianas, gedėdamas savo mirusio mylimojo Antinojaus, paskelbė gedulą visoje imperijoje, o vėliau paskelbė Antinojų dievu. Taip pat žinoma, kad Gajus Julijus Cezaris turėjo romanų su vyrais.

Moterų homoseksualumas, kaip ir Graikijoje, buvo mažiau pastebimas. Daugelis autorių apie santykius tarp moterų atsiliepdavo neigiamai, o poetas Ovidijus apskritai neigė tokių santykių egzistavimą.

ANTIPOS PABAIGA IR VIDURAMŽIAI

Pirmajame mūsų eros amžiuje antikiniame pasaulyje ėmė plisti krikščionybė. Ji greitai populiarėjo: 306 metais Konstantinas I tapo pirmuoju imperatoriumi krikščioniu, o 380 metais Teodosijus I paskelbė krikščionybę valstybine religija.

Naujoji religija buvo nepakanti viskam, kas neatitiko jos mokymo. Žydams buvo uždrausta eiti valstybines pareigas, laikyti pamaldas hebrajų kalba ir švęsti Velykas tą pačią dieną kaip krikščionims. Pagonių šventyklos buvo griunamos arba konfiskuojamos. Panašus likimas neaplenkė ir homoseksualų – 342 metais imperatorius Konstancijus II išleido įstatymą, uždraudusį vienos lyties santuokas ir atgaline data baudusį žmones už tokių santuokų sudarymą. Po pusės šimtmečio kitas krikščionis imperatorius Valentinianas II už homoseksualius santykius įsakė bausti viešai sudeginant. Paskutinis šio laikotarpio kūrinys, teigiamai kalbantis apie homoseksualius santykius, – Nono poema „Dionisiaka“. Kitas tokio pobūdžio kūrinys buvo išleistas daugiau kaip po 1000 metų.

Rytų Romos imperijos imperatorius Justinianas I kaltino homoseksualus dėl žemės drebėjimų. Kaskart po stichinės nelaimės prasidėdavo homoseksualų paieškos ir deginimai. Vakarų imperijoje buvo praktikuotos ir kitokios bausmės: kastravimas, trėmimas, įvairūs kankinimai.

Žlugus Vakarų imperijai ir jos vietoje susikūrus naujoms valstybėms, homoseksualų padėtis beveik nesikeitė. Už homoseksualius santykius baudė ne tik pasaulietiniai teismai, bet ir bažnytinė inkvizicija, kuri „sodomiją“ laikė apsėstumo ar bendradarbiavimo su velniu požymiu. Įtakingiausias Viduramžių teologas Tomas Akvinietis tvirtino, kad „sodomija“ yra baisiausia nuodėmė po žmogžudystės.

Tvyrant persekiojimų atmosferai, homoseksualumas galėjo reikštis tik slapta. Vis dėl to istorikams pavyko rasti vienuolių rašytus meilės eilėraščius, parašytus net IX amžiuje.

NUO ŠVIETIMO EPOCHOS IKI ŠIU LAIKŲ

1791 metais jakobinų valdoma Prancūzija tapo pirmąja valstybe, panaikinusia bausmes už homoseksualius santykius. XIX amžiuje Prancūzijos pavyzdžiu pasekė kitos valstybės: Brazilija, Portugalija, Osmanų imperija, San Marinas, Japonija, Italija. Britų imperija sušvelnino įstatymus, mirties bausmę pakeisdama laisvės atėmimu. 1867 metais Karlas Heinrichas Ulrichsas tapo pirmuoju asmeniu nuo Antikos laikų, viešai pripažinusi, kad yra homoseksualus. 1867 metais, kalbėdamas Vokietijos teisininkų kongrese, jis paragino

nutraukti homoseksualų persekiojimą.

Tačiau tuo pat metu prasidėjo ir atvirkštinis procesas – besivystanti psichiatrija ėmė ieškoti „mokslinio“ pagrindo skirstant žmones į „pilnaverčius“ ir „nepilnaverčius“. Psichiniais sutrikimais buvo paskelbtos ne tik įvairios seksualinės praktikos, pavyzdžiui, masturbacija, bet net ir vergų noras pabėgti nuo šeiminių (pastarajam buvo sugalvotas terminas „drapetomanija“). Homoseksualumą imta laikyti nebe nuodėme, o protiniu sutrikimu, kurio priežastis esąs netinkamas auklėjimas ar paveldėtas išsigimimas. Tamsaus viduramžių inkvizitoriaus vietą šįkart užėmė solidžiai atrodantis psichiatras.

XX amžiuje, Vokietijoje į valdžią atėjus Hitleriui, vyko vienas iš didžiausių homoseksualių žmonių persekiojimų Europoje. Koncentracijos stovyklose homoseksualūs žmonės buvo žymimi rožiniu trikampiu, kuris vėliau tapo nusikaltimų prieš homoseksualius žmones simboliu.

1968-aisiais JAV prasidėjo pirmieji protestai, reikalaujantys nutraukti nehumaniškas ir bevaises homoseksualų „gydymo“ praktikas. Amerikos psichiatrų asociacijos (APA) susirinkime dalyvavęs homoseksualus psichologas savo ir kitų homoseksualių APA narių vardu paragino asociaciją įvertinti jai tenkančią atsakomybę ir mokslo vardan peržiūrėti psichiatrų poziciją homoseksualumo atžvilgiu. Galiausiai po ilgų debatų 1973 metais APA išbraukė homoseksualumą iš psichinių ligų klasifikatoriaus DSM-III.

1981 metais Europos Žmogaus Teisių teismas, išnagrinėjęs bylą „Dudgeon prieš Jungtinę Karalystę“ nubaudė Šiaurės Airiją už homoseksualumo kriminalizavimą.

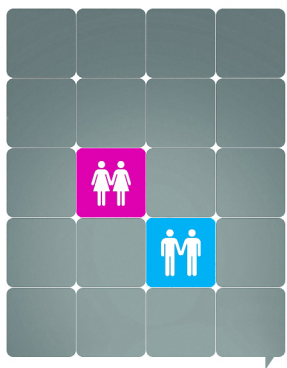
1989 metais Danija pirmoji pasaulyje įteisino homoseksualų civilines partnerystes, suteikiančias daugelį teisių, kurias įgyja sutuoktiniai. Dabar homoseksualios poros gali įregistruoti santuoką arba partnerystę daugelyje JAV valstijų, Belgijoje, Nyderlanduose, Ispanijoje, Švedijoje, Grenlandijoje, Danijoje, Suomijoje, Prancūzijoje, Austrijoje, Vokietijoje, Šveicarijoje, Vengrijoje, Liuksemburge, Čekijoje, Slovėnijoje, Airijoje, Didžiojoje Britanijoje, Pietų Afrikos Respublikoje, Kanadoje, Argentinoje, Urugvajuje, Kolumbijoje, Ekvadore, Naujojoje Zelandijoje ir kitose šalyse.

1992 metais Pasaulio Sveikatos Organizacija priėmė Tarptautinį ligų klasifikatorių ICD-10, kuriame ne tik nebeliko homoseksualumo, bet ir buvo pridėta pastaba, kad seksualinė orientacija nėra psichikos liga. Šis klasifikatorius oficialiai naudojamas daugelyje šalių. Nuo 1997 metų jis naudojamas ir Lietuvoje.

1994 metais buvo panaikintas Lietuvos Baudžiamojo kodekso straipsnis, numatęs bausmę už homoseksualius santykius. Po metų buvo įsteigta pirmoji LGBT organizacija – Lietuvos Gėjų lyga.

2000 m. Europos Tarybos Parlamentinė Asamblėja priėmė Rekomendaciją Nr. 1474 (2000) „Lesbiečių ir gėjų padėtis ET šalyse narėse“. Rezoliucija ragina Europos Tarybos šalis švietimo ir mokymo programomis „pasipriešinti homofobijai mokyklose, medicinos įstaigose, kariuomenėje ir policijoje“.

2010 metų gegužės 6–9 dienomis vyko „Baltic Pride 2010“ – pirmasis LGBT renginys, kurio programoje buvo filmų festivalis, paroda, konferencija apie žmogaus teises ir eitynės „Už lygybę“.



HOMOSEKSUALIOS ŠEIMOS

AR EGZISTUOJA ILGALAIKIAI HOMOSEKSUALŪS SANTYKIAI?

Labai dažnai tenka girdėti, esą homoseksualūs santykiai yra paremti tiktais seksu ir negali būti ilgalaikiai, skirtingai nei heteroseksualūs santykiai, kurie yra paremti meile, tarpusavio pagarba ir supratimu. Tačiau tai tėra neteisingas stereotipas.

Tiesa, kad Lietuvoje ir kitose šalyse, kuriose požiūris į homoseksualumą yra panašus, homoseksualios poros yra mažiau pastebimos. Tai nėra nuostabu - juk homoseksualių žmonių yra mažuma, taip pat dauguma iš jų yra linkę ne tik neviešinti savo asmeninio gyvenimo, bet ir kruopščiai jį slėpti, norėdami išvengti aplinkinių pasmerkimo.

Tačiau šalyse, kuriose homoseksualumas yra laikomas įprastu dalyku, nieko nestebina nei ilgalaikiai homoseksualūs santykiai, nei homoseksualios šeimos.

Puikus tokios šeimos pavyzdys yra Jay ir Bryan iš Kalifornijos, JAV, kuriantys Youtube kanalą „Gėjų šeimos vertybės“ (angl. Gay family values) www.youtube.com/depfox. Jų įrašai apie šiaip jau niekuo neišsiskiriančią šeimą sulaukė didžiulio populiarumo būtent dėl to, kad juose puikiai parodoma, jog homoseksuali šeima yra tokia pat kaip heteroseksuali.

KODEL TURETU BUTI ITEISINTOS TOS PACIOS LYTIES SANTUOKOS / PARTNERYSTES?

Teisę į santuoką nustato Lietuvos Respublikos konstitucijos 38 straipsnis: „Santuoka sudaroma laisvu vyro ir moters susitarimu“. Dėl tokio apibrėžimo laikoma, kad vienos lyties žmonių santuoka Lietuvoje nėra galima, nors tokia nuostata prieštarauja kitam straipsniui, teigiančiam, kad „Įstatymui, teismui ir kitoms valstybės institucijoms ar pareigūnams visi asmenys lygūs. Žmogaus teisių negalima varžyti ir teikti jam privilegijų dėl jo lyties, rasės,

tautybės, kalbos, kilmės, socialinės padėties, tikėjimo, įsitikinimų ar pažiūrų pagrindu“. Šis vidinis Konstitucijos nenuoseklumas turės būti išspręstas ateityje.

Partnerystė – tai panaši į santuoką sąjungą, leidžianti naudotis kai kuriomis santuokos suteikiamomis teisėmis. Deja, kol kas Lietuvoje partnerystė galima tik tarp priešingos lyties partnerių, o ir jos registravimo tvarka dar nėra patvirtinta.

Vienos lyties santuokos/partnerystės turėtų būti įteisintos nes:

- supaprastintų bendro turto įsigijimą ir dalybas;
- vienam iš partnerių susirgus, kitas jo slaugymui galėtų prašyti atostogų arba sutrumpinto darbo laiko;
- vienam iš partnerių mirus, kitas galėtų paveldėti bendrą turtą nemokėdamas papildomų mokesčių (paveldint turtą pagal testamentą būtina sumokėti mokesčius valstybei), gauti našlio pensiją ar pašalpą;
- partneriai galėtų užsiimti bendru verslu pagal vieną verslo liudijimą (dabar tai leidžiama tik giminaičiams ir sutuoktiniams)
- nėra priežasties, kaip tai galėtų pakenkti heteroseksualioms šeimoms.

AR VIENOS LYTIES ŠEIMOMS TURETU BUTI LEISTA ĮSIVAİKINTI?

Šis klausimas labai dažnai ir audringai aptarinėjamas kalbant apie LGBT teises. Dažniausias ir bene vienintelis įsivaikinimo priešininkų argumentas yra tas, kad vaikas tokioje šeimoje užaugs taip pat homoseksualus. Tačiau atlikta daugybė tyrimų, kurių metu buvo stebimos vienos lyties šeimos auginančios vaikus. Jie rodo, kad nėra jokio ryšio tarp tėvų ir vaikų orientacijos. Taip pat nenustatyta ir jokių protinio, fizinio ar psichinio vystymosi nukrypimų tarp vaikų, augančių vienos lyties šeimoje. Šiuos tyrimų rezultatus pripažįsta ir Amerikos psichologų asociacija – didžiausia tokio pobūdžio organizacija pasaulyje, vienijanti daugiau nei 150 000 narių.

Vienintelė reali problema, kuri gali iškilti vaikui dėl jo vienos lyties tėvų, yra bendraamžių patyčios. Tačiau šią grėsmę kelia ne pats įsivaikinimas, o netolerantiška ir mažai apšviesta visuomenė. Taigi kovoti reikėtų ne prieš įsivaikinimą, o būtent prieš netoleranciją.

HOMOSEKSUALUMAS IR RELIGIJA



Daugeliui tikinčių homoseksualių žmonių iškyla klausimas, kaip suderinti homoseksualumą su jų išpažįstama religija. Šis klausimas gali būti ne mažiau aktualus ir jų tėvams. dažnai tenka girdėti, esą visos religijos smerkia homoseksualumą, o homoseksualūs santykiai – vos ne baisiausia nuodėmė. Ar tai tiesa?

Teisingas atsakymas į šį klausimą – ne. Pasaulyje yra daugybė protestantiškos pakraipos krikščionių bažnyčių, kurios homoseksualių santykių nelaiko nuodėme, o kai kurios tuokia tos pačios lyties poras. Kaip gėjams draugiškų bažnyčių pavyzdžius galima paminėti Jungtinę Kanados bažnyčią, JAV Episkopalinę bažnyčią, tarptautinę Metropolijų bendruomenių bažnyčią, Švedijos bažnyčią, Anglikonų bažnyčią, Vokietijos evangelikų liuteronų bažnyčias, Islandijos bažnyčią ir daugelį kitų.

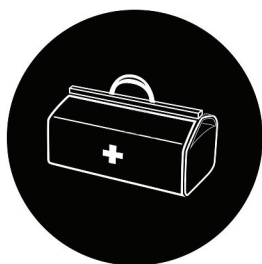
Tačiau populiariausia Lietuvoje religinė bendruomenė – Romos katalikų bažnyčia – savaip interpretuoja Šventąjį Raštą, o homoseksualius santykius laiko nuodėme. Antra vertus, ji ragina nusidėjėlį mylėti kaip ir kiekvieną žmogų, o neapkęsti tik jo nuodėmės. Katalikų bažnyčios katekizme rašoma, kad su homoseksualais „reikia elgtis pagarbiai, su užuojauta, taktiškai, vengti kaip nors neteisingai juos atstumti“.

Nepaisant tokio gražaus pamokymo, skirto eiliniams tikintiesiems, Katalikų bažnyčios vadovai ne kartą skelbė pareiškimus, kuriuose reikalavo varžyti homoseksualų žodžio laisvę, neįteisinti jų partnerystę ar santuokų, visa tai vadindami „kova už šeimą“. Ne paslaptis, kad Vatikanas naudoja dvigubus standartus: jis nereikalauja uždrausti nei nesantuokinių lytinių santykių, nei skyrybų (nors šios tiesiogiai susijusios su šeimų griuvimu), bet ragina neleisti homoseksualams tuoktis su mylimais žmonėmis.

Stačiatikių bažnyčios politika homoseksualumo klausimu iš esmės sutampa su katalikų: homoseksualus žmogus turi gyventi skaistybėje, nes santykiai tarp tos pačios lyties žmonių yra nuodėmė. Homoseksualui iškyla nelengvas pasirinkimas: arba metų metus slopinti lytinį potraukį, arba gyventi normalų lytinį gyvenimą, o išpažinčių metu meluoti ar veidmainingai žadėti „pasitaisyti“.

Žinoma, yra ir trečiasis kelias. Nemaža dalis homoseksualių krikščionių išpažįsta savo tikėjimą be jokios bažnyčios pagalbos. Jie savarankiškai skaito Bibliją, meldžiasi ir atlieka kitas apeigas.

TAVO SVEIKATA



Jei nusprendei, kad jau laikas turėti lytinių santykių, turėtum žinoti, kokios yra grėsmės, kylančios dėl nesaugaus seksualinio elgesio, ir kaip nuo jų apsisaugoti. Tai – lytiškai plintančios ligos (LPL). Jomis galima užsikrėsti turint vaginalinių, analinių ir oralinių santykių, kurių metu nesisaugoma arba naudojamos nekokybiškos apsaugos priemonės.

Geriausias būdas apsisaugoti – prezervatyvai. Svarbu patikrinti, ar galiojimo laikas, parašytas ant pakuotės, nėra pasibaigęs, nes prezervatyvų elastingumas bei tvirtumas ilgainiui mažėja. Antras labai svarbus faktorius – nuolatinis ir patikimas partneris. Dažnai keičiant sekso partnerius, tikimybė apsikrėsti labai didėja.

LPL simptomai ne visuomet pasireiškia iškart, dažniausiai tik po kelių dienų ar savaitių. Kai kurie virusai simptomų nesukelia dar ilgiau – iki tol, kol nusilpsta imuninė sistema ir išplinta liga. Per tą laiką asmuo gali perduoti užkratą kitiems partneriams.

Dažniausi LPL simptomai yra tokie:

1. Vyrams atsiranda išskyrų iš lyties organų, moterims jų pagausėja. Išskyrų spalva gali būti įvairi: nuo permatomos iki geltonai žalsvos;
2. Skausmingas šlapinimasis;
3. Baltos apnašos varpoje, vaginoje ar burnoje;
4. Bėrimai lyties organų srityje;
5. Padidėję kirkšnių limfmazgiai;
6. Skausmas kapšelyje, pilvo apačioje;
7. Kraujo pasirodymas po lytinių santykių.

Pastebėjus vieną ar kelis požymius, reikia skubiai pasitikrinti pas šeimos gydytoją arba specialioje klinikoje (kontaktai – knygelės pabaigoje). Svarbu tai atlikti nedelsiant, kadangi negydomos LPL sukelia labai rimtų komplikacijų, kurios gali baigtis vidaus organų pažeidimais, nevaisingumu ar net mirtimi. Taip pat labai svarbu apie tai pasakyti visiems sekso partneriams, nes jie taip pat gali būti užsikrėtę. Tokiomis temomis kalbėti nemalonu, tačiau partneris gali sirgti ir pats nejusti jokių simptomų. Informuodamas gali išgelbėti jį ar jį nuo skausmingų komplikacijų. Pasisakyti apie LPL akis į akį sunku, kartais tai atliekama raštu arba net anonimiškai (tokias paslaugas teikia kai kurie AIDS centrai).

Vienos LPL yra gydomos gana lengvai (pvz., sifilis, gonorėja, chlamidiozė), kitos lieka visam gyvenimui (pvz., AIDS, herpesas, genitalijų karpas). Gydomo trukmė priklauso nuo ligos pobūdžio ir atsiradusių komplikacijų kiekio, tačiau jei problema pastebėta pakankamai anksti, dažniausiai užtenka vienos ar kelių tablečių, injekcijų ar tepalų. Labai svarbu gydymo kursą baigti iki galo (net jei simptomai ir pranyksta) taip pat kurso metu neturėti jokių lytinių santykių.

Dažnai minima, kad ŽIV/AIDS (bei kitos pavojingos LPL) yra gėjų ligos. Tai netiesa, nes jomis gali užsikrėsti ir heteroseksualios poros. Tačiau tarp homoseksualių asmenų šios ligos plinta greičiau, nes jų motyvacija saugotis yra mažesnė. Heteroseksualai saugosi ne tik LPL, bet ir neplanuoto nėštumo, todėl beveik visada naudoja prezervatyvus, kurie yra vieni patikimiausių būdų išvengti užkratų, plintančių per kūno skysčius. Tuo tarpu homoseksualus seksas negali baigtis nėštumu, todėl dažniau dėl per didelio pasitikėjimo partneriu rizikuojama ir savo sveikata



ANTROS PUSĖS PAIEŠKOS

Kai supranti, jog nori pradėti santykius su savo lyties atstovu, kyla naujų sunkumų. Kaip rasti tokių pat kaip tu? Juk nekalbinsi kiekvieno patikusio! Tam, kad minioje atskirtum gėjų ar lesbietę, reikia turėti šiek tiek patirties. Stebėdamas aplinkinius, gali pamatyti, kurie tau rodo didesnę dėmesį. Jei tai tos pačios lyties asmuo – gali būti, kad jis homoseksualus. Gebėjimas vien stebint atskirti homoseksualų asmenį, žargone dažniausiai vadinamas gaydaru (žodžių gay ir radaras junginys). Tačiau norint sutikti gėjų ar lesbiečių, visai nebūtina miklinti akies bet kuriame naktiniame klube ar sporto salėje. Didžiausiuose Lietuvos miestuose veikia gėjų klubai (jų sąrašą rasi knygos pabaigoje), kuriuose dauguma vaikinių ir merginų yra homoseksualūs. Tai yra vienintelės vietos, kur galime jaustis visiškai laisvai, todėl kiekvieną savaitgalį gėjų klubuose pilna besilinksminančių gėjų, lesbiečių ir jų draugų. Kitas būdas – LGBT bendruomenę vienijančios organizacijos (jų kontaktai taip pat pateikiami knygelėje).

Organizacijose galima įprasminti savo veiklas, rengiant įvairius projektus ir renginius, kovojant už LGBT teises visuomenėje. Galima tiesiog dalyvauti socialiniuose vakaruose, vasaros stovyklose bei kituose renginiuose. Tai puiki erdvė susipažinti su kitais gėjais bei lesbietėmis, susirasti draugų, o galbūt ir užmegzti romantiškus santykius. Dar viena vieta, kur renkasi daug LGBT žmonių, tik bendraujama čia virtualiai – bendruomeninis puslapis GayLine.lt. Jame veikia ir socialinis tinklas, kur kiekvienas gali susikurti anketą ir dalintis jam įdomiu turiniu, ir diskusijų forumai (nuo paprastų temų apie muzikinį skonį iki rimtų konsultacijų dėl sveikatos ir lytiškai plintančių ligų), skelbiamos iš įvairių šaltinių surinktos aktualios naujienos.

Suradus patinkantį žmogų, gali iškilti klausimų apie standartinių heteroseksualioms poroms būdingų vaidmenų pasiskirstymą: kas vaišina vakariene, kas ką lydi iki namų durų, kas inicijuoja santykių progresą, kaip vyksta intymus bendravimas ir panašiai. Vienintelis patarimas – netaikyti jokių

nusistovėjusių vaidmenų, o elgtis taip, kaip norisi tuo momentu. Juk dviejų žmonių santykiuose svarbiausia ne sustabarėję ritualai, o atvirumas ir mėgavimasis vienas kitu. Todėl verčiau nuoširdžiai pasikalbėti ir išsiaiškinti, kokius vaidmenis poros santykiuose kiekvienas norėtų prisiimti ar jais dalintis.

Lygindami homoseksualių ir heteroseksualių porų gyvenimą, skirtumų beveik nepastebėsite: visi myli, pykstasi, trokšta romantikos ir jaudinasi dėl to, ką apie naują staigmeną pagalvos antroji pusė... Vienintelis rimtesnis skirtumas – negalėjimas viešai susikabinti rankomis, pasibučiuoti mokykloje ir kitaip reikšti savo jausmų kitiems matant. Atsargesni vengia net ir neutralių susitikimų (kino žiūrėjimo ar vyno taurės paragavimo) viešose susibūrimų vietose. Tačiau tai – kiekvieno pasirinkimo reikalas. Neskatiname rizikuoti saugumu ar komfortu dėl principinio noro šviesti visuomenę apie mažumas. Tačiau norime pabrėžti, kad santykiuose svarbiausia dviejų žmonių ryšys, o ne jo deklaravimas aplinkiniams.

GYVENIMAS ŠALYSE, KUR LGBT TEISĖS IŠVYSTYTOS



Skirtingose pasaulio valstybėse LGBT bendruomenė turi skirtingas sąlygas: nuo mirties bausmės už homoseksualius santykius iki galimybės tuoktis ir įsivaikinti. Stebint gerą Vakarų valstybių praktiką, gali kilti pavydas, tačiau nereiktų užmiršti, kad kiekvienoje iš jų LGBT bendruomenė turėjo sunkiai kovoti, kol buvo priimta visuomenėje ir įgijo lygias teises su visais.

Pirmiausia LGBT situaciją visuomenėje atspindi tos šalies kultūrinis gyvenimas. Homoseksualumo nestigmatizuojančiose valstybėse vyksta įvairūs LGBT organizuojami renginiai, dažniausiai įvardijami kaip „paradai“. Tai kasmetiniai maždaug savaitės trukmės renginiai: visą miestą puošia spalvotos dekoracijos, vyksta kino filmų festivaliai, parodos, diskusijos, konferencijos, politiniai debatai ir t. t. Ir tik vieną dieną visas miestas išeina į gatves tam, kad kartu parodytų solidarumą su LGBT bendruomene. Ši eisena, kurioje dalyvauja ir politikai, ir universitetai, ir organizacijos bei verslo įmonės, dažnai ir vadinama paradu, nors renginys skirtas ne vien pasilinksminėti. Be to, daugelis didžiųjų miestų turi savo gėjų kvartalų, kuriuose įsikūrusios į gėjų ir lesbiečių segmentą orientuotos parduotuvės, barai, viešbučiai, nuolat vyksta įvairūs kultūriniai renginiai. Kai kurios įmonės, tarp savo klientų matančios ir LGBT bendruomenę (kuri, pasak tyrimų, dažnai būna geriau išsilavinusi ir aukštesnių pajamų nei to paties amžiaus heteroseksualai), kuria reklamas, kuriose vaizduojamos homoseksualios poros, naudoja atitinkamą simboliką (pvz., vaivorykštės vėliavą). Naktiniai gėjų klubai, kurių programos daugiau skirtos LGBT bendruomenei, sutraukia minias įvairios orientacijos žmonių. Panašių pavyzdžių toli ieškoti nereikia: Vokietijoje, Čekijoje ar Prancūzijoje du rankomis susikibę vyrai nieko nenustebins.

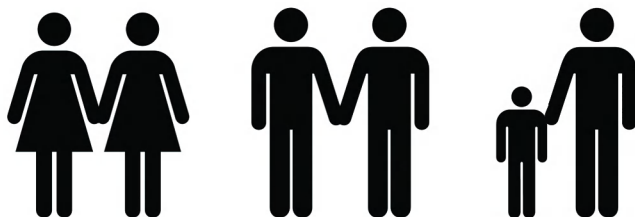
Antrasis aspektas, kuriuo galima nagrinėti šalies draugiškumą LGBT – teisinė sistema. Šalyse, kurios pripažįsta arba yra pakeliui į visišką homoseksualų ir heteroseksualų lygybę, leidžiamos vienalytės santuokos. Jos užtikrina tokią pačią teisinę ir socialinę valstybės pagalbą dviejų gėjų ar lesbiečių sąjungai. Yra valstybių, kuriose taikoma kita teisinė santykių forma, vadinama registruota partneryste. Ji pasižymi mažesniu garantijų ir socialinės apsaugos kiekiu nei santuoka, tačiau didesniu nei gyvenant „susimetus“. Laikoma, kad aukščiausia homoseksualių santykių įteisinimo forma yra leidimas įsivaikinti globos namų auklėtinius. Net jei valstybė taiko skirtingą mokesčių naštą homoseksualioms ir heteroseksualioms poroms, kai kurios įmonės atlygi nustato tokį, kad sumokėjus mokesčius jos darbuotojų poros turėtų vienodą

atlygį, nepaisant orientacijos. Kai kuriose šalyse smurtinio nusikaltimo padarymas dėl aukos homoseksualumo yra laikomas sunkinančia aplinkybe.

Panagrinėjus Vakarų pavyzdžius gali pasirodyti, kad gyvename labai blogomis sąlygomis. Tačiau turime ir musulmoniškų šalių pavyzdžių, kai religija taip giliai įleidusi šaknis į teisinę sistemą, kad homoseksualai net baudžiami mirties bausme už savo orientacijos paviešinimą ar seksualinius santykius. Lietuvoje homoseksualumas teisiškai nėra nusikaltimas, todėl kovoti turime ne dėl išlikimo, bet dėl lygių gyvenimo sąlygų.

Svarbu teisingai pasimokyti iš kitų šalių sėkmės istorijų bei klaidų, kad valstybės progresas vyktų teisinga linkme ir kuo didesniu greičiu. Norinčius prie to prisidėti kviečiame prisijungti prie nevyriausybinių organizacijų, kurios kovoja už LGBT bendruomenės teises.

HOMOSEKSUALUMAS IR PEDOFILIJA



"NERETAI VIEŠOJOJE ERDVĖJE HOMOSEKSUALUMAS BŪNA TAPATINAMAS SU PEDOFILIJA. SVARBU PRISIMINTI: HOMOSEKSUALUMAS – TAI SEKSUALINĖ ORIENTACIJA, KURI NUSAKO, KAD ASMUO GEIDŽIA TOS PAČIOS LYTIES ŽMOGAUS, TUO TARPU PEDOFILIJA – SEKSUALINIS AR EMOCINIS POTRAUKIS VAIKAMS. TAIGI HOMOSEKSUALUMAS APIBRĖŽIA LYTĮ, O PEDOFILIJA – AMŽIŲ."

Homoseksualumas valstybėse, pripažįstančiose vakarietiškąją psichologiją, ligų sąrašuose neegzistuoja, jis nėra gydomas. Tuo tarpu pedofilija laikoma liga, tačiau dėl nepakankamo žmogaus seksualumo suvokimo jos gydymas dar neatrastas. Viena iš pedofilijos išraiškų – seksualinė prievarta prieš vaikus – yra laikoma sunkiu nusikaltimu. Tuo tarpu seksualiniai santykiai tarp gėjų ar lesbiečių vyksta abiejų pusių sutarimu tarp suaugusių asmenų arba tarp panašaus amžiaus paauglių. Jei santykiuose atsiranda prievarta, tai jau taip pat laikoma nusikaltimu, nepriklausomai nuo orientacijos.

Kai kuriuose šaltiniuose teigiama, kad pedofilija – tai potraukis amžiui, nieko bendro neturintis su lytimi. Taigi pedofilas gali jausti aistrą tiesiog vaikams – ir berniukams, ir mergaitėms.

Homoseksualumas ir pedofilija gali būti painiojami dėl kelių priežasčių. Viena iš jų – noras kompromituoti LGBT bendruomenę, paženklinant ją vaikų prievartautojų etikete. Antra – įvairių organizacijų, kurios privalo saugoti savo įvaizdį visuomenėje, bet tarp savo narių turi seksualinės prievartos prieš vaikus kaltininkų, noras šį nusikaltimą viešoje erdvėje nukreipti nuo savęs. Trečioji – mitas, kad gėjai siekia jaunos berniukus paversti homoseksualiais naudodami seksualinę prievartą (jau rašyta anksčiau, kad seksualinė orientacija nėra nei užkrečiama, nei pakeičiama lytinio akto metu). Ketvirtoji – žinių apie seksualumą trūkumas ir visuomenėje egzistuojantys stereotipai. Galiausiai, penktoji – „gėjų gydymu“ užsiimančių organizacijų skleidžiama dezinformacija, kuria siekiama palaikyti neigiamą požiūrį į homoseksualumą ir pritraukti naujų klientų.

Homoseksualumo ir pedofilijos painiojimas LGBT bendruomenei yra žalingas ne tik dėl kuriamo neigiamo įvaizdžio ir trukdymo sumažinti diskriminaciją, bet ir dėl visuomenės baimės leisti gėjams bei lesbietėms dirbti su vaikais.

Ką daryti, jei žmonės, žinantys apie tavo homoseksualumą, garsiai pareikštų, kad tapatina šias dvi sąvokas? Visų pirma, vertėtų aiškiai išdėstyti aukščiau aprašytus skirtumus. Antra, galima priminti liūdnei pagarsėjusią Drąsaus Kedžio istoriją: joje pedofilijos auka tapo mergaitė, o nusikaltėlis – vyras.



HOMOSEKSUALUMAS IR VIEŠOJI NUOMONĖ

Lietuvos gyventojai tolerancija homoseksualiems asmenims nepasižymi – tai rodo Lietuvoje 2010-aisiais atliktas išsamus homofobijos tyrimas. Mūsų visuomenė vis dar persmelkta išankstinių nuostatų ir stereotipų. Neapykantą skleidžiančiais politikų ir pačių žurnalistų pareiškimais mirga visa Lietuvos spauda. Keisčiausia tai, kad homofobines nuostatas skelbia ne tik bulvarinė spauda, kuri siekia sukelti grėsmės atmosferą, bet ir rimtoji spauda.

KODEL JI TOKIA?

Nors daugelyje šalių teisės aktai gina homoseksualų teises, lesbietės ir gėjai iki šiol dažnai susiduria su nusistovėjusia diskriminacija, kartais peraugančia į atvirą priešišumą, pažeminimą ir fizinį smurtą. Organizacijos, dirbančios LGBT lygių teisių srityje, teigia, kad tokios pažiūros grindžiamos dezinformacija, baime, netolerancija ar tam tikra ideologija.

Papildomų problemų kelia ir tai, kad mūsų visuomenėje įsišaknijęs heteronormatyvumas. Šeimose ir mokyklose mus moko, jog kiekvienas yra heteroseksualus. Tą patį bando primesti religija ar spauda, taip paskatindamos diskriminaciją tų, kurie neatitinka šios normos, nes yra kitokie.

Žiniasklaida yra svarbus instrumentas, kuris didina arba mažina socialinę atskirtį, formuoja viešąją nuomonę, tačiau jos polinkis į skandalus ir homoseksualumo niekinimą labai dažnai ją paverčia galingu homofobijos sklaidos ir socialinės atskirties didinimo įrankiu.

Didelė dalis visuomenės vadovaujasi „užburto rato“ principu: bijo kitokių, nes jų nepažįsta, ir jų nepažįsta, nes bijo. Homofobija remiasi stereotipais bei išankstinėmis nuostatomis ir kyla iš nesaugumo bei baimės, nukreiptos į „kitą“. Ši „kito baimė“ dažnai tampa atstūmimu, priešišku arba prievarta prieš žmones iš kitų šalių ar tuos, kurie priklauso mažumoms.

Lietuvos įstatymai ėmė ginti homoseksualius žmonės palyginti neseniai – tik atgavus nepriklausomybę iš Lietuvos įstatymų buvo pradėtos šalinti homoseksualius asmenis persekiojančios nuostatos ir priimti pirmieji teisės aktai, draudžiantys diskriminaciją dėl lytinės orientacijos. Lietuva pasirašė tarptautines sutartis, įpareigojančias keisti Lietuvos teisyną mažinant diskriminaciją dėl seksualinės orientacijos ir užtikrinant pagrindines žmogaus teises.

2003 metais buvo priimtas Lygių galimybių įstatymas ir sukurta Lygių galimybių kontrolieriaus tarnyba, kuri rūpinasi tinkamu įstatymo vykdymu bei tiria žmonių skundus dėl diskriminavimo.

Ruošiantis stoti į Europos Sąjungą buvo pakeistas Lietuvos Respublikos baudžiamasis kodeksas. Naujosios kodekso nuostatos draudžia viešai tyčiotis, niekinti ar diskriminuoti žmones tiek dėl tautybės, lyties, religijos, tiek ir dėl seksualinės orientacijos. Taip pat uždraustas neapykantos šioms žmonių grupėms kurstymas ar skatinimas jas diskriminuoti.

Nepaisant visų priimtų įstatymų, jie būna retai pritaikomi, nes homoseksualūs asmenys, slepiantys savo orientaciją, yra linkę nutylėti apie savo problemas. Be to, įstatymai nėra visagaliai – pati visuomenė turėtų suvokti lygių galimybių svarbą ir siekti jų įgyvendinimo.

KAIP REAGUOTI?

Pasikeitimai nevyksta savaime. Kol daugiau asmenų ir organizacijų nesiims ginti homoseksualių žmonių teisių, tol homofobija mūsų visuomenėje neišnyks, o tau ir kitiems homoseksualiems asmenims teks susidurti su sunkumais. Savuosius stereotipus laužyti galima susiduriant akis į akį su savo baimėmis, sužinant daugiau tiesos apie LGBT ir taip paneigiant daugelį mitų bei išankstinių nuostatų. Žmonių nuomonė keičiasi ir dėl to, kad vis daugiau homoseksualių žmonių išdrįsta būti nuoširdūs bei atviri apie save. Požiūrį keičia ir kiti žmonės, kurie nebijo atvirai pasisakyti, jog homoseksualūs asmenys „yra mano draugai, mano šeima ar mano giminės nariai ir aš jais didžiuojuosi“.

TERMINŲ ŽODYNELIS

HOMOSEKSUALAS - žmogus, jaučiantis seksualinį ir emocinį potraukį tos pačios lyties žmonėms. Homoseksualūs vyrai vadinami gėjais, homoseksualios moterys - lesbietėmis.

BISEKSUALAS - moteris arba vyras, jaučiantis seksualinį bei emocinį potraukį abiejų lyčių žmonėms.

ATSISKLEIDIMAS - procesas, kurio metu asmuo pajunta, pripažįsta sau bei pasako aplinkiniams apie savo netradicinę seksualinę orientaciją.

SEKSUALINĖ ORIENTACIJA - žmogaus asmenybės savybė, nusakanti jo seksualinį ir emocinį potraukį vienai ar kitai lyčiai.

HOMOFOBIA - baimė ir neapykanta homoseksualiems bei biseksualiems žmonėms.

LYTIS - rinkinys požymių, kurie skiria vyrą nuo moters. Lyties apibrėžimą galima skirstyti į biologinę lytį ir lyties identitetą.

BIOLOGINĖ LYTIS - lytis, kurią padeda identifikuoti fiziniai požymiai: genitalijos, krūtys, kūno ir veido plaukuotumas, balso tembras ir pan.

LYTIES IDENTITETAS - ta žmogaus lytis, kuris ją jis jaučiasi turįs (nebūtinai sutampa su biologine lytimi).

LYTIES IŠRAIŠKA - rinkinys požymių, kuriais asmuo demonstruoja savo pasirinktą lytį (nebūtinai sutampančią su biologine lytimi). Pvz lytinių organų ar krūtų slėpimas/išdidinimas, dirbtinių veido plaukų nešiojimas, griežtai vyriškų/moteriškų drabužių nešiojimas ir t.t.

TRANSSEKSUALAS - žmogus, kuris jaučiasi turintis kitokią lytį, nei jo biologinė lytis. Dažniausiai tokie žmonės siekia arba bent nori lyties keitimo operacijos.

TRANSVESTITAS - žmogus, mėgstantis atrodyti kaip priešingos lyties atstovas dėl pramogos, šou ar kitų priežasčių, kurios nėra susijusios su seksualiniu identitetu.

SODOMIJA - terminas, reiškiantis religijai nepriimtinas sekso formas. Skirtingais laikotarpiais sodomija buvo vadinami ne tik homoseksualūs santykiai, bet ir analinis bei oralinis seksas, ar net seksas tarp krikščionių ir pagonių. Pavadinimas kilo iš biblinio Sodomos miesto, nes viduramžių teologai manė, kad šio miesto gyventojus Dievas išnaikino už homoseksualius santykius.

PARTNERYSTĖ - dviejų žmonių teisiškai apibrėžta sąjunga, turinti siauresnį teisių kiekį, nei santuoka.

Žmogaus teisės - tai laisvės ir galimybės, kurias turėti privalo kiekvienas žmogus tik todėl, kad yra žmogumi. Į žmogaus teisių rinkinį įeina ir nediskriminavimo principai, kurie neleidžia asmens teisių riboti ir dėl jo seksualinės orientacijos.

ORGANIZACIJOS SVEIKATOS CENTRAI IR ŠALTINIAI

Susidūrus su diskriminacija, galima kreiptis tiesiogiai į teismus, Lygių galimybių kontrolieriaus tarnybą, prokuratūras, kitas teisėsaugos institucijas bei įvairias žmogaus teisių gynimo organizacijas. Čia pateikiame keleto organizacijų, į kurias gali kreiptis bet kada, sąrašą.

TOLERANTIŠKO JAUNIMO ASOCIACIJA (TJA) - Tolerantiško Jaunimo Asociacija – jaunimo organizacija, kovojanti už žmogaus teises Lietuvoje, ugdanči visuomenės pagarbą įvairioms socialinėms grupėms, mažinanti

diskriminaciją. TJA stebi teisės aktų leidybą, reaguoja į įvykius, rašo straipsnius ir pranešimus spaudai, organizuoja stovyklas, socialinius vakarus, filmų peržiūras ir kitokias veiklas. Susisiekęs su TJA tu gali:

- gauti daugiau informacijos apie homoseksualumą, kovą prieš diskriminaciją ir socialinę atskirtį;
- rasti bendraminčių būrį ir neformaliai bendraujant dalytis patirtimi;
- organizuoti stovyklas ir jose dalyvauti;
- aktyviai siekti permainų, o ne likti vien pasyviais stebėtojais.

LIETUVOS GĖJŲ LYGA (LGL) - nevyriausybinė nacionalinė organizacija, vienijanti homoseksualius ir biseksualius piliečius. Jos nariai šviečia visuomenę, siekia keisti homofobišką atmosferą darbe, teikia savitarpio paramą, rengia diskusijas su įdomiais žmonėmis, organizuoja teminius vakarus, filmų peržiūras, sporto renginius, drauge mokosi ir pramogauja Lietuvoje bei užsienyje, bendradarbiauja su kitomis Europos LGBT jaunimo organizacijomis ir grupėmis.

LIETUVOS ŽMOGAUS TEISIŲ CENTRAS - Tai daugiau nei dešimtmetį žmogaus teisių apsaugos ir švietimo srityje dirbanti nevyriausybinė organizacija. Nuo pat įsteigimo, t. y. 1994 metų pradžios, LŽTC telkia savo narių ir ekspertų pastangas įgyvendinant daugelį reikšmingų projektų žmogaus teisių apsaugos ir švietimo srityje. Šiuo metu LŽTC skleidžia žinias apie Europos Sąjungoje bei visoje tarptautinėje bendruomenėje pripažįstamus žmogaus teisių apsaugos standartus, skatina tolerancijos plėtrą, ugdo pagarbą įvairovei ir siekia stiprinti visuomenės gebėjimus kovojant su pažeidžiamų visuomenės grupių ir mažumų diskriminacija. LŽTC organizuoja gerai žinomą kasmetinį žmogaus teisių filmų festivalį „Ad Hoc: Nepatogus Kinas“.

ŽMOGAUS TEISIŲ STEBĖJIMO INSTITUTAS – Žmogaus teisių stebėjimo institutas – nevyriausybinė organizacija, siekianti skatinti atviros, demokratinės visuomenės vystymąsi Lietuvoje. Institutas vykdo kasdienę valstybės institucijų ir teismų darbo stebėseną, viešai reaguoja į padarytus ar potencialius žmogaus teisių pažeidimus, atlieka tyrimus, rengia išvadas ir rekomendacijas, inicijuoja strategines bylas teismuose, organizuoja kampanijas ir renginius, kurių tikslas – didinti visuomenės narių sąmoningumą ir žinias žmogaus teisių srityje. visuomenės narių sąmoningumą ir žinias žmogaus teisių srityje.

NACIONALINIS SOCIALINĖS INTEGRACIJOS INSTITUTAS. Ši jauna jauna organizacija – kampanijos „Visi skirtingi – visi lygūs“ veiklos ir idėjų tesėja. Subūrusi ilgametę patirtį tolerancijos ugdymo srityje turinčius darbuotojus, savanorius Nacionalinis socialinės integracijos institutas aktyviai veikia tolerancijos ugdymo, neigiamų visuomenės nuostatų keitimo, švietimo apie žmogaus teises srityje. Programa „Visi skirtingi – visi lygūs“ susideda iš tęstinių ilgalaikių projektų tokių kaip: „Gyvoji biblioteka“, socialiai naudingas grafiti, socialiai atsakingi jaunieji žurnalistai, projektas „Žemė“.

VU SA PROGRAMA "BE ETIKEČIŲ" - Vilniaus Universiteto Studentų atstovybės įkurta nauja programa pavadinimu "Be etikečių". Šios programos tikslas yra skatinti toleranciją tarp Universiteto bendruomenės, kovoti su įvairiomis diskriminacijos formomis (homofobija, ksenofobija, rasizmu ir pan.), skatinti lygybę ir t.t.

INICIATYVINĖ LIBERALIŲ VDU STUDENTŲ GRUPĖ "LGB LT" - Ilgą laiką liberali mintis ir laisvas žodis buvo VDU vizitinė kortelė. Vytauto Didžiojo universiteto studentų ir studenčių iniciatyva, bendradarbiaujant su įvairiomis organizacijomis, bandome nešti gerą žinią apie Lietuvos seksualines mažumas Kauno mieste. Nepaisant to, jog šis judėjimas dar gana jaunas, jau spėta surengti ne viena akcija ("Coming Out day", mirusių LGBT teisių aktyvistų paminėjimas prie R. Kalantos paminklo, Tolerancijos dienos, AIDS dienos minėjimai ir kt.).

EMOCINĖ PARAMA TELEFONU IR INTERNETU. Kartais, rodos, reikia visai nedaug - paprasto žmogiškojo ryšio bei supratimo. Nuoširdus ir atviras pokalbis – tai galimybė pasidalinti slegiančiais jausmais bei mintimis. Kartais taip nutinka, kad nėra su kuo pasikalbėti. Galbūt artimam žmogui sunku atvirai pasakoti kaip jautiesi. Jei tau sunku, liūdna, esi neviltyje tiesiog norisi šiuo metu su kuo nors pasikalbėti „Vaikų linijos“ bei „Jaunimo linijos“ savanoriai konsultantai - visada pasiruošę tave išklausti.

Pagalba telefonu yra anonimiška ir konfidenciali. Tai reiškia, kad niekas tavo telefono numerio nemato, o ir prisistatyti nėra būtina - konsultantas sužino apie tave tik tai, ką tu pats papasakoji. Taip pat tai reiškia, kad viskas, apie ką tu kalbi su savanoriu ir lieka tik tarp jūsų - gali būti tikras, kad tai, ką papasakosi neišeis už tarnybos ribų.

Kartais apie savo jausmus yra lengviau parašyti, nei papasakoti. Užrašius savo mintis, jos dažnai pasidaro aiškesnės. Rašymas, kaip ir pokalbis, padeda išlieti susikaupusius jausmus. Tu gali rašyti apie įvairiausius tau iškylančius sunkumus. Savanoriai pasistengs tave suprasti, suteiks informacijos apie kitas pagalbos galimybes. Pagalba internetu, kaip ir telefonu - yra anonimiška ir konfidenciali. Tai reiškia, kad tavo laišką galės perskaityti tik tarnybos savanoriai ir tu. Atsakymo gali tikėtis sulaukti per 3 dienas.

„VAIKŲ LINIJA“ - Psichologinės pagalbos tarnyba vaikams ir paaugliams. Vaikai ir paaugliai gali kreiptis telefonu, laiškais ir internetu į „Vaikų liniją“ dėl įvairių jiems iškilusių sunkumų – nesutarimų su draugais, tėvais ar mokytojais, konfliktų, sunkumų moksluose, kai jaučiasi vieniši ar nemylimi, o taip pat dėl įvairių kitų rūpesčių, kuomet sunku ir norisi pasitarti.

Tel. 8 800 11 111

Darbo laikas: kasdien 11.00-21.00

Interneto svetainė: www.vaikulinija.lt

„JAUNIMO LINIJA“ - Jie nedalina patarimų ir tikrai nežino kaip reikėtų gyventi. Kiekvienas žmogus pasirenka individualų savo gyvenimo kelią. Pasidalinimas savo jausmais gali palengvinti tavo savijautą, pokalbio metu gali išryškėti galimybės ir sprendimai. Į „Jaunimo liniją“ gali paskambinti nemokamu telefonu 8 800 28888 iš fiksuoto ryšio telefonų, taksofonų ir visų mobiliojo ryšio tinklų. „Jaunimo linijos“ telefonas veikia visą parą.

Jeigu tau nedrąsu paskambinti - kartais apie savo jausmus yra lengviau parašyti, nei papasakoti - visada gali parašyti „Jaunimo linijai“ laišką. Tarnybos svetainėje (www.jaunimolinija.lt) net gi galima tam susikurti specialią savo pašto dėžutę.

Tel. 8 800 28888

Darbo laikas: visą parą

Interneto svetainė: www.jaunimolinija.lt

LGBT TEMATIKOS FILMAI. Filmų, sukurtų LGBT tematika, šiandien galima rasti ištis nemažai. Keletas jų yra rodyti Lietuvoje vykstant kino festivaliams „Kino Pavasaris“, „Ad Hoc: Nepatogus Kinas“, „Žiemos ekranai“ bei kt. 2010 metais kino centre „Skalvija“ pirmą kartą buvo organizuojamas LGBT filmų festivalis, kuriame buvo pristatyta 11 kino filmų.

Daugelis iš jų – kultūriškai, istoriškai ir estetiškai reikšmingi filmai. Tarp LGBT tematikos filmų yra tiek šiuolaikinės naujausios juostos, tiek primiršta kino klasika ar mažiau pastebėti, bet vertingi filmai, kurių, deja, turbūt negalėsite išvysti Lietuvos kino teatruose, nes mažo biudžeto filmus retai pastebi plačioji auditorija. Tai didelis praradimas, nes daugelį šių filmų turėtų pamatyti kiekvienas save gerbiantis kino mylėtojas.

Su tokiais filmais stengiasi suteikti galimybę susipažinti tiek TJA, tiek LGL, rengdamos nemokamas filmų peržiūras ar įvairius socialinius vakarus. Be to, šiuos filmus galima rasti ir visuomeninėje Lietuvos gėjų ir lesbiečių svetainėje pateiktame filmų sąrašė (<http://www.gayline.lt/video.php>).

LGBT TEMATIKOS KNYGOS, LEIDINIAI. Šiuo metu Lietuvoje veikia jaunimo ir visuomenės informavimo centras (Tolerantiško Jaunimo Asociacijos patalpose, A. Jakšto g. 9–133, Vilniuje) ir LGBT centras (Lietuvos Gėjų Lygos patalpose, Jakšto 22–15, Vilniuje). Juose renkama ir platinama informacija, tikslinė literatūra bei kiti leidiniai lietuvių ir užsienio kalbomis apie skirtingas socialines grupes, žmogaus teises bei toleranciją. Abu informaciniai centrai suteikia galimybes ugdyti lygių teisių suvokimo, teisinio raštingumo, tarpasmeninio bendravimo ir kitas kompetencijas.

Lietuvoje šiuo metu veikia kelios visuomeninės socialinės LGBT svetainės (pvz., www.GayLine.lt ar www.Gay.lt), kuriose gali rasti daug naudingos informacijos: knygų, filmų, klubų sąrašą, įvairių mitų ir jų paneigimų, istorinių faktų. Šiose svetainėse gali užmegzti naujas pažintis, susirasti bendraminčių, dalytis savo mintimis ir diskutuoti, konsultuotis, sekti naujienas iš Lietuvos ir pasaulio, gauti informaciją apie tau aktualius renginius bei įvykius ir pan.

Jeigu neturi galimybės namie ar kur kitur naudotis interneto paslaugomis, visada gali apsilankyti LGBT centre įkurtoje internetinėje kavinėje

„Vaivorykštė“, kurioje drąsiai ir saugiai gali domėtis pasaulio ir Lietuvos naujienomis, mokytis, bendrauti, ieškoti reikiamos informacijos.

NAUDINGOS INTERNETO NUORODOS

<http://www.atsimink.lt> - informacinis tinklapis, kuris suteiks daugiau žinių apie lytiškai plintančias ligas bei apsisaugojimą nuo jų.

<http://www.gayline.lt/> - visuomeninis gėjų ir lesbiečių tinklapis. Jo skiltyje „Sužinok“ galima rasti daug straipsnių homoseksualumo temomis - pradedant bendro gyvenimo teisiniais aspektais, ir baigiant pagrindinių mitų apie homoseksualumą aptarimu.

ĮŽANGA	03
AR AŠ GĖJUS/LESBIETĖ	09
HOMOSEKSUALUMO FAZĖS	11
AR ATSISKLEISTI?	15
TU IR TAVO ŠEIMA	17
TAVO SANTYKIAI SU BENDRAAMŽIAIS	18
TAVO SANTYKIAI SU MOKYTOJ AIS IR MOKYKLOS PSICHOLOGU	20
HOMOSEKSUALUMO ISTORIJA IKI ŠIŲ DIENŲ	23
HOMOSEKSUALIOS ŠEIMOS	29
HOMOSEKSUALUMAS IR RELIGIJA	31
TAVO SVEIKATA	33
ANTROSIOS PUSĖS PAIEŠKOS	37
GYVENIMAS ŠALYSE, KUR LGBT TEISĖS IŠPLĖTOTOS	39
HOMOSEKSUALUMAS IR PEDOFILIJA	42
HOMOSEKSUALUMAS IR VIEŠOJI NUOMONĖ	45
TERMINŲ ŽODYNĖLIS	47
ORGANIZACIJOS, SVEIKATOS CENTRAI IR ŠALTINIAI	48

