

Osobitosti prežívania homosexuálne orientovaných mužov v dospievaní a dospelosti

Bc. Daniel Lenghart, doc. PaedDr. Marcela Verešová, PhD.

Katedra pedagogickej a školskej psychológie, Pedagogická fakulta, Univerzita Konštantína Filozofa, Nitra, Dražovská 4, daniel.lenghart@student.ukf.sk, mveresova@ukf.sk

Abstrakt: Účelom tejto štúdie je poukázať na osobitosti prežívania homosexuálne orientovaných mužov, ktorým čelia v období dospievania a dospelosti. Štúdia poukazuje na určité špecifická, ktoré sú prítomné v kontexte aktuálneho prežívania na kognitívnej, emocionálnej, motivačnej a vôľovej úrovni ešte pred seba-identifikáciou a integrovaním novej identity do konštruktu osobnosti.

KLúčové slová: kognícia, emocionalita, motivácia, vôľa, špecifiká, homosexuálna orientácia, dospievanie, dospelosť.

Abstract: The purpose of this study is to highlight the specifics of behavior (well-being) of homosexually oriented men faced in adolescence and adulthood. The study points to certain specifics, which are present in the context of actual behavior (well-being) on cognitive, emotional, motivational and volitional level before identifying and integrating new identity into person's construct.

Keywords: cognition, emotionality, motivation, volition, specifics, homosexual orientation, adolescence, adulthood.

1 ÚVOD

Obdobie dospievania a dospelosti sú významné ontogenetické míľniky populácie všeobecne. Dospievanie je obdobím vytvárania si vlastnej, trvalej identity a sebaúcty k sebe samému. Je obdobím kreovania životného zmyslu a životného smerovania. Následne dospelosť prináša internalizované uvedomenie si toho, kým človek je, načo je hrdý vo vzťahu k sebe samému, je nezávislou bio-psycho-sociálne vyvinutou entitou pripravenou plniť svoje životné poslanie. Kladieme si otázku, ako či homosexuálne orientovaní dospievajúci a dospelí majú svoje osobitosti v kogníciách, emocionalite a motivácii v kontexte sebaaktualizácie? Či prežívajú hrdosť a internalizované sebauvedomenie a spokojnosť s tým, kým sú? Spoločnosť na strane jednej presadzuje toleranciu a akceptáciu inakosti v rôznych

kontextoch (sociálny, biologický, psychický, ekonomický, atď.), avšak nepodmienené prijatie inakosti spojenej s homosexuálnou identifikáciou v našej spoločnosti je predmetom konfrontácií, obáv a konfliktov.

Sociálny nátlak na samotnú sexualitu začína už v období pubertálneho obdobia, kedy je dospievajúcim „vtláčané“ nastavenie spoločenského sexuálneho rádu (Sloboda, Z, 2016). Zo spoločenského sexuálneho rádu vyplýva, že vzťah a sexuálne aktivity sú výhradne možné iba medzi osobami opačného pohlavia. Internalizovaním tohto nastavenia prichádza ku konfliktu vnútorného prežívania u osôb s uvedomovanou homosexuálnou orientáciou, ktorý sa odohráva vo mnohých psychických súčiastiach ľudského systému, ktorými sú: kognitívna, emocionálna a motivačná/vôľová zložka. Všetky psychologické kategórie sú na seba naviazané, pretože vytvárajú prežívanie ako také (Plháková, A, 2005). Konflikty, ktoré sa vyskytnú na úrovniach jednotlivých psychologických kategórií do vysokej miery ovplyvňujú konanie a motiváciu ku coming-outu ale aj samotnú seba-identifikáciu a integráciu identity.

2 OSOBITOSTI KOGNITÍVNYCH PROCESOV HOMOSEXUÁLNE ORIENTOVANÝCH DOSPIEVAJÚCICH A DOSPELÝCH MUŽOV

Ako sme uviedli v úvode, obdobie dospievania (adolescencie) je významným ontogenetickým míľnikom predovšetkým v osobnostnom vývine jednotlivca. Kognitívna stránka psychiky dospievajúceho uvedomujúceho si inakosť v tomto období významne zasahuje do vývinu jeho osobnosti, nakoľko v období dospievania je narúšaná kognitívna štruktúra informácií o vlastnej osobe, na základe už predtým pociťovanej odlišnosti v porovnaní s „typickými“ rovesníkmi. C. Ryan & D. Futterman (1998) poukazujú na to, že kognitívne narušenie je spôsobené dozrievaním jednotlivca na

úroveň dospelého človeka. Toto dozrievanie umožňuje homosexuálne orientovanému dospelievajúcemu nachádzať kauzálne súvislosti svojho pocitu odlišnosti, ktorého základom je negatívna reakcia/spätaná väzba prostredia, v ktorom žije a pôsobí. Táto negatívna reakcia okolia spúšťa procesy *kognitívnej disonancie a internalizácie homofóbie* (Ryan, C. & Futermann, D., 1998). Prichádza ku skreslenému vnímaniu seba samého, čo vedie k seba-obviňovaniu na základe internalizovania mylných koncepcií (napr. zženštilé správanie homosexuálov) o homosexualite a k výrazným pocitom subjektívnej nepohody (Kuehlwein, K., 1992; Ryan, C. & Futerman, D., 1998; LaSala, M., 2006). Seba samého vníma ako nežiadúci faktor spoločnosti, čo vedie k myšlienke a záverom, že nepatrí medzi „bežnú časť populácie.“ Vnútorňý konflikt sa vyhrocuje a môže nastať kompenzácia bolestivej reality v podobe bdelého snenia, v ktorom zmiernuje svoju bolesť. Prichádza teda k spúšťaniu *procesov fantaziovania a predstáv*, kedy sa toto bolestivé prežívanie snaží nahradiť želanými závermi. Toto bdelé snenie a vynakladanie prílišného množstva energie na tieto procesy môže však pôsobiť značne negatívnym smerom. Ak sa jednotlivec začne príliš často uchýľovať k realite v bdelom snení, môže stratiť dostatočný kontakt s objektívnou realitou.

Kognitívne štýly homosexuálne orientovaných dospelievajúcich a dospelých mužov

Kognitívne štýly, predstavujú významnú osobnostnú charakteristiku, za pomoci ktorej spoznávame a interpretujeme naše vnímanie reality (Vágnerová, M., 2010). V kontexte homosexuálne orientovaných dospelievajúcich a dospelých mužov môžeme uvažovať o dvoch variantoch, bez rozdielu osobnostného konštruktu, pretože kognitívne štýly v rámci homosexuálne orientovaných dospelievajúcich a dospelých mužov sa zásadne líšia a modifikujú v dvoch hlavných časových prúdoch: *pred coming-outom a po coming-oute*. Sú to dva zásadné časové prúdy, ktoré sa neskôr líšia v stabilite určitých procesov, ako je napríklad percepcia seba samého.

Prvým aspektom kognitívneho štýlu (na ktorý chceme poukázať) je tzv. *úroveň závislosti vs. nezávislosti na kontexte* (Vágnerová, M., 2010). V globálnom ponímaní existujúcich hypotéz (napríklad Isay, A., 1996; Alderson, K., 2000; Coyle, A. & Kitzinger, C., 2002; Sloboda, Z., 2016) možno

uviesť, že práve homosexuálne orientovaní dospelievajúcich a dospelí muži v priebehu prežívania uplatňujú dimenziu vysokej závislosti na kontexte (schéma I). Ide predovšetkým o globálne ponímanie problému a jeho hodnotenia (Vágnerová, M., 2010). Vnímanie situácie je v tomto prípade v súlade s názorom, ktorý je všeobecne platný v spoločnosti (napr. koncepcia zženštilého správania, homosexualita ako porucha či choroba a i.). Tieto mylné koncepcie môžu byť internalizované do takej miery, že môže prísť ku kognitívnej disonancii.

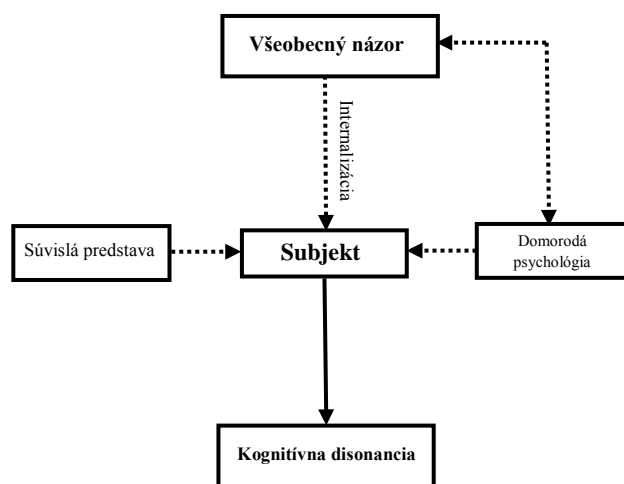


Schéma I: Proces závislosti na kontexte.

Jednotlivec môže mať určitú komplexnú predstavu o LGBT+ komunite, ale pod vplyvom väčšiny je ovplyvnený tento názor meniť. Ak je jednotlivec presvedčený o určitých informáciách, ale nie je vnútorne vyrovnaný s identitou, môže pristúpiť ku konformite, prispôsobovaniu sa väčšine, čo umožňuje vyhnúť sa určitým parapraxiám v interakcii. V takýchto situáciách možno uvažovať aj tom, že človek neskôr vlastným „klamstvám“ a dezinformáciám uverí, ak sa v nich bude príliš dlho pohybovať, prípade môže prísť k vyhroteniu vnútorného konfliktu do takej miery, že dôsledky môžu byť deštruktívneho alebo seba-deštruktívneho charakteru. Vo vyššie uvedenom zohráva významnú úlohu aj to, čo V. Cassová (1979, in Cabaj, P. & Stein, S., 1996) označuje ako *domorodá psychológia (indigenous psychology)*. Táto domorodá psychológia „obmedzuje a usmerňuje spôsob správania, čítania, myslenia a hovorenia o sebe samom ako o indivíduu“ a disponuje ňou každá mestská a malomestská oblasť (Cass, V., 1979, in Cabaj, P. & Stein, S., 1996, s. 229). Vo svojej

podstate sa človek dostáva do kognitívneho konfliktu, kedy nedokáže akomodovať nové informácie, ktoré úzko súvisia s jeho novou identitou, pretože mu to jeho domorodá psychológia neakceptuje z morálneho hľadiska.

Druhým aspektom kognitívneho štýlu je *miera*

“Veľmi som sa vnímal inak. Ale snažil som sa aby som to nedal svojmu okoliu najavo. Bál som sa, žeby to moje okolie mohlo tušiť. Vždy som vedel, že som gej. Odmalička. Aj keď som si myslel, že sa to ešte zmení. Veľmi som si želal, aby to moje cítenie prešlo a aby som bol “normálny”.”

Majk, 23 ročný homosexuálne orientovaný muž

integrovanosti a komplexnosti uvažovania (Vágnerová, M., 2010). Táto dimenzia sa zameriava na spracovanie zložitých informácií buď zo strany holistického (zjednodušeného) prístupu, alebo sa snaží diferencovať tieto informácie na základe určitých vzťahov a súvislostí (Vágnerová, M., 2010). V prípade homosexuálne orientovaných dospelých mužov je uprednostňovaný holistický prístup, pretože ich situácia v prežívaní predstavuje neprijemnú, zložitú realitu, ktorá je v danom momente ťažko riešiteľná chladných kognitívnym systémom. Z určitého uhľa pohľadu tu je aj závislosť od osobnostných vlastností a od samotnej osobnosti, ale taktiež aj od postojov a názorov samotného jednotlivca (Vágnerová, M., 2010). V rámci integrovanosti a komplexnosti uvažovania úzko súvisia aj *sklon k racionálnemu a objektívnemu prístupu* alebo *subjektívnemu a emocionálnemu hodnoteniu*. V rámci polarizácie racionálnosť (objektívnosť) – emocionalita (subjektívnosť) sa homosexuálne orientovaní dospelí muži zväčša nachádzajú práve na línii subjektívneho a emocionálneho hodnotenia. Logické uvažovanie a racionálne hodnotenie prežívanie je u nich v úzadí, do popredia sa dostáva myslenie a celkové prežívanie, ktoré sa prispôsobuje vysnívaným požiadavkám organizmu.

To znamená, že v takýchto prípadoch môže homosexuálne orientovaný dospelý alebo dospelý muž svoju vnútornú neistotu popierať frázou „Je to len fáza, to určite prejde.“ S touto situáciou

operuje mnoho autorov a autoriek zaoberajúcich sa témou homosexuality v súvislosti s vierovyznaním, pracovným postavením ale aj v rámci terapeutických sedení a i. (napríklad Davies, B. & Rentzel, L., 1993; Isay, A., 1996; Ryan, C. & Futterman, D., 1998; Alderson, K., 2000; Kockott, G. & Fahrneová, E., 2001; Coyle, A. & Kitzinger, C., 2002). Ak však po určitej dobe (mesiace, roky) táto fáza neustúpi, kognitívna neistota sa začne stupňovať a homosexuálne orientovaní dospelí muži využívajú nevedomú tendenciu vyhýbať sa akejkolvek situácii alebo podnetu, ktorá/ý by mohla/mohol túto kognitívnu bilanciu znova narušiť.

Tretou dimenziou je *atribučný štýl* (Vágnerová, M., 2010). Atribučný štýl predstavuje náš osobný výklad rôznych kauzálnych súvislostí, do ktorých sa počas nášho života dostávame (Vágnerová, M., 2010). Ako si vykladáme tieto kauzálne súvislosti sa formuje v troch hlavných oblastiach (Vágnerová, M., 2010, s. 215): „*dôraz kladený na vnútornú/vonkajšiu príčinu; stabilitnosť/nestabilitnosť javu a miera generalizácie názoru.*“ V kontexte týchto dimenzií si môže homosexuálne orientovaný dospelý alebo dospelý muž kognitívne uvedomovať a interpretovať obsahy prežívania či správania v nasledovných súvislostiach: (1) „Narodil som sa ako homosexuál“/“Nemal som v detstve dostatočný mužský vzor, vychovávala ma matka“; (2) „Som aký som, zmeniť to nezmením“/Určite to je len prechodná fáza“; (3) Myslím, že svoju orientáciu už nezmením“/“Stane sa to výlučne keď som opitý.“ V uvedených kontextoch prežívania (a správania) možno identifikovať určité optimistické verzus pesimistické interpretovanie týchto kauzálnych súvislostí. Tento optimistický alebo pesimistický interpretačný štýl je trvalejšou osobnostnou charakteristikou, ktorou jednotlivec disponuje a nemení sa počas života (Vágnerová, M., 2010). M.C. LaSala (2006), ktorý pracoval v rámci kognitívno-behaviorálnej terapie s homosexuálnymi mužmi prišiel nato, že v rámci stresovej situácie si niektorí homosexuálni muži vytvoria tzv. „kognitívne skreslenie“, ktoré má za následok pesimistické či generalizované myšlienky. Čiže možno uvažovať aj o tom, že nie za každých okolností sa tento interpretačný štýl dokáže uplatniť, predovšetkým ak ide o náročnú životnú situáciu, ktorá obracia život „naruby“.

Automatické myšlienky, kognitívne omyly a schémy

Za *automatické myšlienky* (Tabuľka 1) sú považované také myšlienky, ktoré sú človeku súkromné a prichádzajú v rýchлом slede pri hodnotení určitých životných situácií (Wright, J., Basco, M., Thase, M., 2008). Zásadným kľúčom pri automatických myšlienkach je silná emócia, ktorá skresľuje vnímanie situácie, v ktorej sa človek nachádza. Automatickými myšlienkami, ešte pred procesom seba-identifikovania trpia aj homosexuálne orientovaní dospelí muži. Príčinou týchto automatických myšlienok sú práve depresia a úzkosť, kde sa tie automatické myšlienky sústreďujú predovšetkým na nízke sebavedomie, zlyhanie, beznádej, či strach z odmietnutia (Kuehlwein, K., 1992; LaSala, M., 2006; Wright, J., Basco, M., Thase, M., 2008). S automatickými myšlienkami úzko súvisia aj kognitívne omyly (Tabuľka 1).

Kognitívne omyly sú chyby v spracovávaní informácií, alebo tzv. chyby logiky pri vyššie uvedených automatických myšlienkach (Wright, J., Basco, M., Thase, M., 2008). Ide o to, akým spôsobom človek spracováva informácie, do akej miery a v akých štýloch dokáže informácie spracovávať. V týchto prípadoch ide o patologické omyly alebo štýly v spracovávaní informácií, ktoré skúmal A. Beck pri ľuďoch trpiacich depresiou. A. Beck (1963) opísal 6 základných kognitívnych omylov, kde v 2 zo 6 sa vyskytujú u homosexuálne orientovaných dospelých a dospelých.

Prvým kognitívnym omylom je *selektívna abstrakcia* (Tabuľka 1), ktorá predstavuje určitý jav, kedy „človek si vytvorí záver len z malej časti dostupnej informácie. Dôležité údaje vylúči alebo ich ignoruje, aby si tak potvrdil vlastný zaujatý pohľad na situáciu.“ (Wright, J., Basco, M., Thase, M., 2008, s. 19). V takýchto prípadoch môže ísť o kognitívny omyl typu „Som homosexuál, nikto ma nebude mať rád, o všetkých prídem“, kedy sa homosexuálne orientovaný dospelý muž sústreďuje na jednu oblasť/súčasť celkovej informácie a ignoruje ostatné fakty. Príkladom ignorovaných faktov môže byť napríklad to, že niektorí z jeho blízkych a priateľov sú vysoko akceptujúci k jeho homosexualite, tzv. „Gay friendly“.

“Chcel som, aby sa moja orientácia zmenila. Bál som sa, že ma spoločnosť neprijme a že ma nebude mať nikto rád. Keď som to však povedal pár ľuďom, videl som, že to tak nie je, taka j moje obavy zmizli. Všetko bolo totiž v poriadku.”

Majk, 23 ročný homosexuálne orientovaný muž

Druhým kognitívnym omylom je *absolutistické (dichotómne, „všetko alebo nič“)* myslenie. Ide o taký druh myslenia, kedy sú určité sudy, zážitky alebo iní ľudia rozdelení do dvoch kategórií (úplne dobrý – úplne zlý; úplne zlyhanie – úplný úspech atď.) (Wright, J., Basco, M., Thase, M., 2008). V tomto type myslenia sa snažia utvrdiť alebo vyvrátiť automatické myšlienky z kognitívneho omylu selektívnej abstrakcie. V počiatočných fázach procesu seba-identifikácie sa homosexuálne orientovaní dospelí muži dostávajú do kritickej situácie, kedy tieto automatické myšlienky spadajú predovšetkým na hranicu „úplne zlé – úplné zlyhanie – kompletne chybné.“ Homosexuálne orientovaní dospelí muži svoje zistenie považujú za negatívny aspekt, pretože ich internalizované názory sú v súlade s mylnými koncepciami spoločnosti.

Posledným bodom, ktorý je nutné analyzovať, sú schémy. *Schémy* sú určité princípy myslenia, ktoré majú dlhodobý charakter (Wright, J., Basco, M., Thase, M., 2008). Tieto schémy sa formujú už v období raného detstva, ktorých zážitky ovplyvňujú napr. rodičovské učenie a modelovanie, formálne a neformálne výchovné aktivity a pod. Tieto schémy môžu slúžiť ako pomôcka pri spracovávaní väčšieho množstva informácií, alebo pri včasnom rozhodovaní sa (Wright, J., Basco, M., Thase, M., 2008). D.A Clark spolu s kolegami (1999) spracovali a navrhli tri skupiny schém, z toho v druhej rovine sa nachádzajú homosexuálne orientovaní dospelí muži. Druhá rovine schém predstavuje tzv. *sprostredkujúce presvedčenia a domnienky* (Tabuľka 1), určité pravidlá, ktoré podmieňujú, ovplyvňujú emocionálnu reguláciu a sebavedomie individua (Wright, J., Basco, M., Thase, M., 2008). Ide predovšetkým o „ak-tak“ tvrdenia, ktoré sa pohybujú na línii „Ak budem homosexuál, tak ma nebude mať nikto rád“, „Ak som homosexuál, tak ma všetci zavrhnú“ a pod.

DRUH	UDALOSŤ	REAKCIA	EMÓCIE
Automatické myšlienky	Mama sa ma pýta, či mi niečo nie je, pretože sa správam divne.	„Určite niečo tuší. Nemá zmysel jej niečo hovoriť, aj tak to neprijme.“	Úzkosť
Kognitívne omyly (selektívna abstrakcia)	Cítim, že ma viacero priťahujú muži ako ženy.	„Nemôžem byť homosexuál. Ak je to pravda, o všetkých prídem. Priznaním to všetko pokazím!“	Strach, Úzkosť, Hnev
Schémy (sprostredkujúce presvedčenie a domnienka)	Som s kamarátmi vonku a baviam sa o dievčatách.	„Musím sa udržať na rovnakej vlně, aby nezačali niečo tušiť. Ak začnú niečo tušiť, musím to poprieť, nemôžu sa to dozvedieť.“	Úzkosť, Strach

Tabuľka 1: Prehľad udalostí, reakcií a emócií vybraných kognitívnych fenoménov u homosexuálne orientovaných dospievajúcich a dospelých mužov.

3 OSOBITOSTI EMOCIONALITY HOMOSEXUÁLNE ORIENTOVANÝCH DOSPIEVAJÚCICH A DOSPELÝCH MUŽOV

Emočné ladenie homosexuálne orientovaných dospievajúcich a dospelých mužov

V rámci emočného ladenia rozoznávajú dva základné varianty (Vágnerová, M., 2010): *sklon k pozitívnym a negatívnym emóciám*. Ide o relatívne stabilnú spokojnosť či nespokojnosť, kde rôzne podnety môžu intenzitu pozitívnych či negatívnych emócií ovplyvniť. Po vyriešení konfliktu či záťaže, sa toto ladenie vráti sa svoju pôvodnú úroveň (Vágnerová, M., 2010). Nejde len o kvalitu daných emočných prežitkov, ale aj o to, akou intenzitou na človeka vlastné emócie pôsobia.

Vo fáze, kedy sa homosexuálne orientovaní dospievajúci a dospelí muži nachádzajú v procese intrapsychického konfliktu, vo väčšej miere prevažuje práve sklon k negatívnym emóciám. *Sklon k negatívnym emóciám* ovplyvňuje práve úzkosť, strach a depresia, ktoré majú za dôsledok intenzívne prežívanie tohto intrapsychického konfliktu. C. Ryan & D. Futteram (1998, s.55) uvádzajú, že „..., *depresia, suicidálne myšlienky a somatoformné poruchy sú asociované s emocionálnym konfliktom a stresom, a môžu byť indikátormi interného stresu u adolescentov a dospelých, ktorí bojujú s problémami sexuálnej orientácie.*“ Tento emocionálny distress, sklon k negatívnym emóciám sú úzko späté práve s prežívaním a čelením negatívnemu stigmatizovaniu identity homosexuálneho jednotlivca z pohľadu sociálneho prostredia (Ryan, C. & Futterman, D., 1998;

Almeida, J., Johnson, R., Corliss, H., Molnar, B., Azrael, D., 2009).

Strach a úzkosť homosexuálne orientovaných dospelých mužov

S procesom coming-outu, ktorým si homosexuálne orientovaní dospelí muži prechádzajú počas prežívania svojej identity sa najčastejšie spájajú práve *strach* a *úzkosť*. Sú to najčastejšie uvádzané stavy prežívania, ktoré sú späté s homosexuálne orientovanými dospelými mužmi počas prvých období budovania ich sexuálnej identity (Cass, V., 1996, in Cabaj, P. & Stein, S., 1996; D'Augelli, A., 2012; Almeida, J., Johnson, R., Corliss, H., Molnar, B., Azrael, D., 2009).

Strach možno definovať, ako reakciu na emocionálnej úrovni na určitú nastávajúcu hrozbu, prípadne ju možno vnímať ako najzložitejšiu emóciu, ktorá slúži ako varovný signál (Nakonečný, M., 1997, 2000). T. Novák a H. Lásková (2016) operujú so strachom ako s negatívnou emóciou, ktorá je zameraná na určitý podnet či konkrétnu situáciu, ktorý/á má interpersonálny alebo intrapsychický charakter. Strach sám o sebe sa v kruhu homosexuálne orientovaných dospelých mužov vyskytuje v kontexte *odmietnutia* (v osobných kruhoch či v širšom sociálnom prostredí), *diskriminácie*, *stigmatizácie* a *viktimizácie* (D'Augelli, A., 1991, Kuehlwein, K., 1922; Cass, V., in Cabaj, P. & Stein, S., 1996; Ryan, C. & Futterman, D., 1998; Safren, A., Holander, G., Hart, T., Heimer, R., 2001; D'Augelli, A., 2002; LaSala, M., 2006; Almeida, J., Johnson, R., Corliss, H., Molnar, B., Azrael, D., 2009; Sloboda, Z., 2016).

Tento strach je oprávnený, nakoľko, podľa najnovšieho LGBT prieskumu, ktorého výsledky boli sprístupnené v roku 2017 Iniciatívou Inakosť, poukazujú na vysoké zastúpenie späté práve s nadávkami, šikanou či trestnými činmi z nenávisti. Približne 1100 respondentov/respondentiek (52,7%) sa stretlo stigmatizáciou či nadávkami; 675 respondentov/respondentiek (32,3%) uviedlo, že boli obeťami násillia a zločinov z nenávisti; 345 respondentov/respondentiek (16,3%) bolo terčom diskriminácie na pracovisku (Celoslovenský LGBT prieskum, 2017). A. Safren a kolektív (2001) poukazujú na strach, ktorý súvisí s coming-outom, kedy tento proces adolescenti prehodnocujú

v kontexte motivácie v rámci nedostatočných vzorov a diskriminácie prostredia.

“Áno, pociťoval som strach, Bál som sa ako budú reagovať ostatní ľudia.”

Sebastián, 30 ročný homosexuálne orientovaný muž

Úzkosť je strach, ktorý nemá konkrétny premet, to znamená, že dotýčny jednotlivec nevie presne čoho sa bojí; človek pociťuje strachy rôznej intenzity bez vplyvu konkrétneho podnetu, ktoré môžu mať psychosomatické následky (pocity ohrozenia, nesústredenosť, časté močenie, bolesti hlavy či chrbtice) (Nakonečný, M., 1997, 2000; Barnhil, J., 2014; Novák, T. & Lásková, H., 2016). M. Nakonečný (1997, 2000) tvrdí, že úzkosť súvisí s existenciálnym poňatím človeka, pričom úzkosť je pocitom neistoty, ktorý vysoko narúša prežívanie istoty človeka a je nahradený negatívnymi aspektami ako sú osamelosť či odcudzenie. Reimann (1972, in Nakonečný, M., 1997, s. 376 – 377) rozlíšil štyri základné druhy úzkosti: „ (1) *úzkosť so sebaoddania (strata ja – závislosť)*, (2) *úzkosť z utvárania ja (strata bezpečia – izolácia)*, (3) *úzkosť zo zmeny (neistota – pomínelnosť)* a (4) *úzkosť z nutnosti (konečnosť – nesloboda)*“. Pri všetkých štyroch druhoch je možné poukázať na osobitosti ich prežívania u homosexuálne orientovaných dospelých mužov. V rámci prežívania, utvárania novej identity a jej prijímania môžeme povedať, že ide o všetky štyri základné druhy úzkosti, s ktorými sa stretávajú počas procesu seba-identifikácie a akceptácie homosexuálne orientovaní muži. Podľa výsledkov celoslovenského LGBT prieskumu (2017) trpí *často* úzkosťami 512 (24,5%) respondentov; trpí *niekedy* úzkosťami 544 (26,1%) respondentov; trpí *zriedka* úzkosťami 511 (24,5%) respondentov; *často + zriedka* trpí úzkosťami 1056 (50,6%) respondentov.

4 OSOBITOSTI MOTIVÁCIE A VÔĽOVÝCH ASPEKTOV PSYCHIKY HOMOSEXUÁLNE ORIENTOVANÝCH DOSPIEVAJÚCICH A DOSPELÝCH MUŽOV

Problematika motivácie, vôle a vôľového konania u homosexuálne orientovaných dospelých mužov je problematickou oblasťou, ktorá do dnešného dňa nie je jednoznačne a dostatočne spracovaná. V oblasti motivácie vychádzame z teórií dvoch významných humanisticky orientovaných psychológov, do ktorých je možné vsunúť problematiku motivácie a sebaaktualizovaného rastu homosexuálne orientovaných dospelých mužov. Sú to A. Maslow a C. Rogers. Vôľovú oblasť prežívania spájame s modelom coming-outu R. Troidena (1989) a V. Cassovej (1979).

Motivácia v kontexte seba-aktualizácie a kongruencie homosexuálne orientovaných dospelých mužov

M. Nakonečný (1997, s. 15) definuje motiváciu ako „postulovaný proces, určujúci zameranie (zacielenie), trvanie a intenzitu správania (konania). V tomto zmysle je to psychologický hypotetický konštrukt, popisujúci, resp. vysvetľujúci „psychologické príčiny“ správania.“ S motiváciou súvisí aj samotný pojem „motív“. P. Řičan (2010) pojednáva o motíve ako o sile, ktorá uvádza organizmus jednotlivca ku konkrétnej činnosti či akcie. Motívom teda môže byť všetko, čo nás ženie ku konkrétnej aktivite.

“Až keď som prijal seba samého, bol som pripravený povedať o sebe svojmu okoliu.. Najprv človek musí prijať seba samého, to že je gej, až potom sa môže zamýšľať o zvyšku ako je vzťah, coming out a pod. Opačne to rozhodne nejde.“

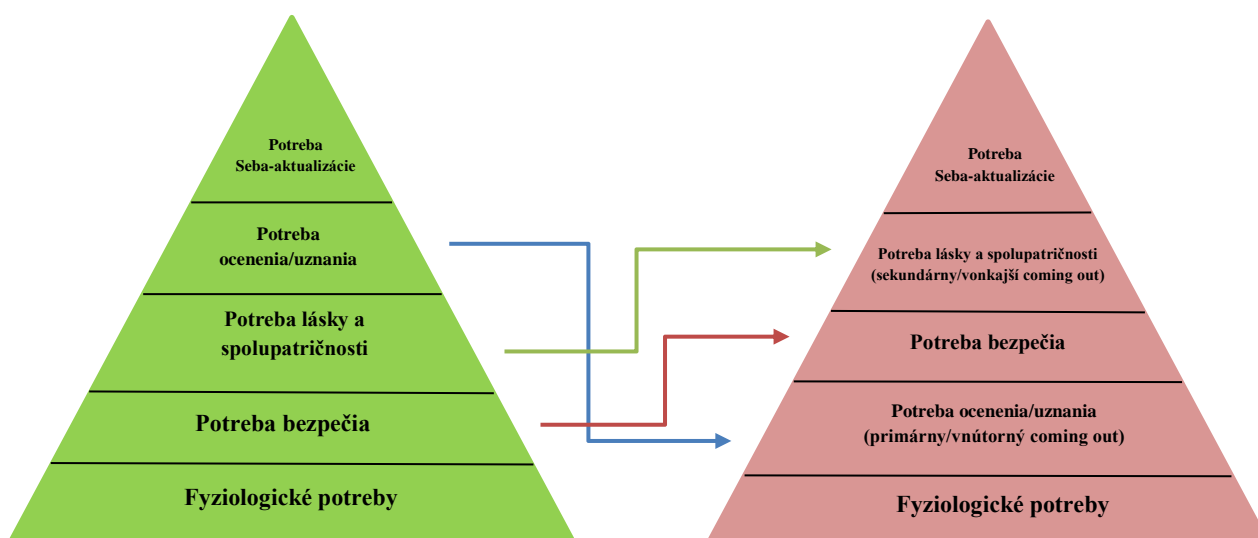
Majk, 23 ročný homosexuálne orientovaný muž

Prvotným konceptom v rámci motivácie bol koncept antického filozofa *Aristotela*, ktorý nazeral na človeka ako na jednotlivca s vlastným, autentickým potenciálom. Tento koncept nazval ako „*eudaimóia*“ („eu“ – dobrý, „daimon“ – duša“)

(Joseph, S., 2018). Tento koncept opisuje proces, kedy sa jednotlivec môže stať šťastným vždy, keď sa snaží tento vrodený potenciál naplniť, pričom mu v tomto snažení pomáhajú skutočné potreby (vyjadrovanie prostredníctvom umenia) (Joseph, S., 2018).

Na koncepciu *Aristotela* naviazal aj samotný *A. Maslow*, ktorý však jeho koncepciu čiastočne upravil. *A. Maslow* veril, že u ľudí existuje určitá hierarchizácia potrieb, ktorá potrebuje byť naplnená od *nedostatkových (základných) potrieb* až po *vrcholné (zážitkové) potreby*. Čím viac sú potreby človeka naplnené od základnej úrovne pyramídy, tým viac sa jednotlivec blíži k vrcholnému bodu pyramídy, ktorým je seba-aktualizovanie autentického potenciálu. Jednotlivé úrovne hierarchie potrieb sú: (1) *fyziológické potreby* (uspokojenie telesných potrieb potrebné na prežitie – jedlo, vzduch, voda a i.), (2) *potreba bezpečia* (prostredie s predvídanými podmienkami), (3) *potreba spolupatričnosti a lásky* (uspokojenie potreby patriť do sociálneho kolektívu), (4) *potreba uznania* (túžba byť schopný a úspešný + potreba ocenenia a uznania druhými) a (5) *potreba seba-aktualizácie* (plno využívaný vnútorný potenciál) (Drapela, V., 2011; Joseph, S., 2018).

Teóriu *a. Maslowa* môžeme aplikovať aj na motiváciu homosexuálne orientovaných dospelých mužov, avšak považujeme za opodstatnené korigovať hierarchiu určitých potrieb (Obrázok 1) pôvodnej hierarchie v kontexte záverov výskumov (avšak nie explicitne zameraných na výskum motivácie) (Beals, K.P. & Peplau, L.A., 2001; Corrigan, P. & Matthews, A., 2003; Taylor, P., 2013; Silver, K., 2014). Akonáhle sú uspokojené *fyziológické potreby* (vrátane sexuálneho uspokojenia), homosexuálne orientovaní dospelí muži sa presúvajú v hierarchii vyššie. Tu nastáva v hierarchii zmena a prichádzajú na úroveň *potreby ocenenia uznania (fáza vnútorného coming-outu)*. Ak človek nemiluje seba samého, ak neocení novú identitu ako neodlúčiteľnú súčasť novej cesty, nie je schopný dávať lásku sebe a ani iným. Ak sa neuzná tento nový smer života, nevytvorí sa schopnosť sebadôvery ani sebaocenenia ako ľudskej bytosti. Ako uvádza *A. Maslow* (1970, s. 40, in Lindzey, G. & Hall, H., 1997, s. 166) „*uspokojenie potrieb sebaocenenia vedie k citom sebadôvery, hodnoty, sily, schopnosti, adekvátnosti a k citu užitočnosti a potrebnosti vo svete.*



Obrázok 1: Maslowova pyramída hierarchizácie potrieb a autormi korigovaná Maslowova pyramída v kontexte osobitostí motivácie homosexuálne orientovaných dospelých mužov.

Znemožnenie naplnenia týchto potrieb má za následok pocity menejcennosti, slabosti a bezcennosti.“

Sebadôvera a ocenená inakosť posúvajú jednotlivca v hierarchii vyššie, k naplneniu potreby bezpečia. Tu nastáva komplikácia, ktorá stavia

“Bol som si vedomý, že prostredie nebolo bezpečné, ale rozhodol som sa zdôveriť (neskôr viacerým) osobám, ktorým som dôveroval. Bezpečnosť prostredia nezohrávala rolu, potreboval som s niekym zdieľať to, kým skutočne som.”

Kristián, 31 ročný homosexuálne orientovaný muž

homosexuálne orientovaných dospelých mužov na rázcestie: ako môže byť táto potreba naplnená, keď samotné sociálne prostredie nie je dostatočne bezpečné na odhalenie novej identity? V takýchto prípadoch je cesta možná dvomi smermi: (1) utajovanie novej identity a vytvorenie dvojitej sociálnej identity aj napriek akceptácii novej orientácie alebo „vyoutovanie“ aj napriek tomu, že sociálne prostredie nie je dostatočne bezpečné, ale akceptácia novej identity je akceptovaná pozitívne intrapsychicky. V tomto prípade je motivácia zameraná predovšetkým na predstavu, že užšie sociálne prostredie predstavuje významného moderátora v regulácii stigmatizovanej

a diskriminovanej identity. Do určitej miery tu zohráva významnú úlohu aj samotná pozitívna morálna motivácia a presvedčenie jednotlivca o homosexualite ako globálnom fenoméne. Ak však toto morálne presvedčenie predstavuje negatívum a užšie sociálne prostredie predstavuje skôr riziko ako bezpečnosť, homosexuálne orientovaní dospelí muži si zvolia inú alternatívu, ktorá vedie k utajovaniu identity a prechádzaniu životom ako heterosexuál (Isay, A., 1996; Cabaj, P. & Stein, S., 1996; Alderson, K., 2000; Coyle, A. & Kitzinger, C., 2002). Ak je však rozhodnutie pevné a homosexuálne orientovaní dospelí muži sú odhodlaní žiť autentickým životom aj napriek stigmatizovanej, diskriminovanej identite, postupujú v hierarchii vyššie a prichádzajú na úroveň potreby lásky a spolupatričnosti (fáza vonkajšieho coming-outu). Na tejto úrovni prichádza k odhaleniu identity užšiemu sociálnemu kruhu ako je rodina či priatelia, prípadne odhalenie vzťahu s osobou rovnakého pohlavia (Isay, A., 1996; Ryan C. & Futterman, D., 1998; Aldersn, K., 2000; Coyle, A. & Kitzinger, C., 2002). Na tejto úrovni ide o naplnenie potreby akceptácie novej identity inými ľuďmi ako sebou samým. Vo väčšine prípadov nepríde k naplneniu tejto potreby, nakoľko rodičia nedokážu akceptovať/prijať inakosť, odlišnosť sexuálnej orientácie svojich synov, ktorá sa „vymyká norme“ (Isay, A., 1996; Switzer, D., 1996; Ryan C. & Futterman, D., 1998). Táto potreba sa však naplňa o niečo dlhšie, pretože aj keď príde k akceptovaniu

novej identity rodičmi, vyžaduje si to určitý čas na spracovanie tejto novej skutočnosti (Cabaj, P. & Stein, S., 1996; Isay, A., 1996; Alderson, K., 2000). Ak však nastane moment, kedy rodič/rodičia akceptuje/ú novú identitu svojho syna, prichádzajú do fázy, kedy je táto nová identita plne integrovaná a potenciál autenticity je na samotnom vrchole, ak je kombinovaný s činnosťami, ktoré jednotlivca naplňujú. V tomto momente môžeme hovoriť o *seba-aktualizovaných homosexuálne orientovaných dospelých mužoch*. Pretože ako uvádza A. Maslow (in Joseph, S., 2018, s. 46), niektoré charakteristiky seba-aktualizovaného jednotlivca sú napríklad: „*nehanbia sa za svoje emócie a neboja sa ich; sú schopní vyjadriť svoje emócie, slobodne a jasne; chápu, že je lepšie byť sám sebe vlastný ako byť populárny.*“

Druhým predstaviteľom, o ktorého teóriu sa opierame, je C. Rogers. C. Rogers chápe jednotlivca ako organizmus, ktorý sa počas celého života snaží aktualizovať svoj vlastný potenciál. Z pohľadu teórie C. Rogersa je jednotlivec vnímaný v kontexte procesu rastu a nie ako hotový výtvar. Rovnako ako A. Maslow, tak aj C. Rogers vníma ľudskú prirodzenosť v potenciáli neustále rásť a v potrebe seba-uvedenia si „pravosti“ alebo „zhody“ medzi vlastnou skúsenosťou a tým, či je symbolicky správne interpretovaná našim Self (Drapela, V., 2011; Joseph, S., 2018). S. Joseph (2018s, . 56) uvádza, že „*so sebauvedomením prichádza potreba vytvárať pozitívny príbeh o tom, kým sme – cítenie seba samého, všetky pocity, postoje, túžby, súdy a správanie, ktoré nakoniec považujeme za svoje a ktorými samých seba definujeme.*“ Podobne ako A. Maslow, tak aj C. Rogers (1961) veril, že u ľudí existujú určité psychologické potreby, spomedzi ktorých vyčlenil dve najhlavnejšie: (1) *potreba slobodného pôsobenia* (vytváranie vlastného osudu bez nátlaku okolia) a (2) *potreba spolupatričnosti* (vyhľadávanie vzťahov, ktoré podporujú slobodu/autenticitu). V druhom prípade ide o také vzťahy, ktoré C. Rogers označil ako *nepodmienečné vzťahy* (Joseph, S., 2018). Paradoxom však je, že namiesto toho, aby sme boli obklopení láskou nepodmienečnou, sme obklopení láskou podmienečnou. Očakávaní rodičov, aspirácie ktorými by malo dieťa disponovať, kde v živote by malo zastávať aké miesto sú prejavy podmienečnej lásky (Joseph, S., 2018). Krehká detská psyché začne prijímať tieto podnety ako niečo, čo musí byť

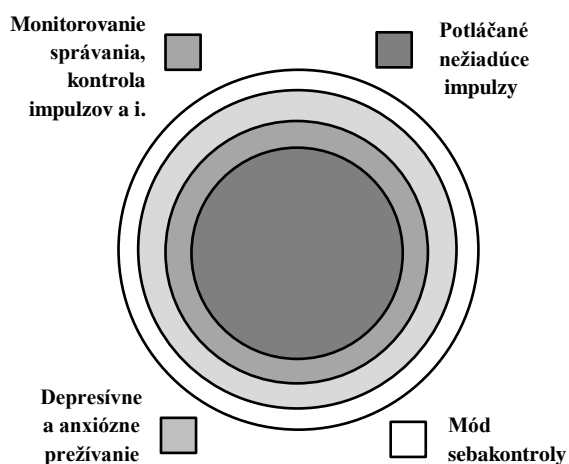
naplnené, aby dostalo lásku rodičov. Ak je dieťaťu odopieraná sloboda byť tým, kým v skutočnosti je, príde k zmareniu a potláčaniu prirodzeného potenciálu. Ak je u dieťaťa direktívne potláčaná atraktivita voči rovnakému pohlaviu, dieťa tento podnet spracuje ako niečo, čo nie je v súlade so spoločenskou normou, niečo, čo môže zabrániť prísunu lásky od rodičov. V týchto prípadoch sa potenciál stať sa sebou samým potláča a môže mať dôsledky v nasledujúcich vývinových štádiách, ako je napríklad konfúzia identity, kognitívna disonancia, sociálna izolácia a v krajných prípadoch aj suicidálne konanie (Cabaj, P. & Stein, S., 1996; Isay, A., 1996; Ryan, C. & Futterman, D., 1998; Alderson, K., 2000; Coyle, A. & Kitzinger, C., 2002). Vedľa roviny primárneho socializačného prostredia, je tu sekundárne socializačné prostredie, ktoré do vysokej miery vplyva na rozvoj autenticity a kongruencie dospelujúceho – *akademické (školské) prostredie*. Toto sekundárne socializačné prostredie, ktoré mimo výchovno-vzdelávacej funkcie by malo plniť funkciu ochrannú, v tejto oblasti zlyháva (Sloboda, Z., 2016). Dôsledky homofóbie, ktoré na akademickej pôde stúpajú, nie len zo strany rovesníkov, ale aj zo strany samotného pedagogického zboru majú hlboké následky na potláčanie autenticity dospelujúceho, ale aj na rovinu vzdelávaciu a psychosociálnu. Homofóbia v tomto prípade môže nadobúdať rôzne podoby a intenzitu, ako sú napríklad „*urážky, slovné napádanie, ohováranie a zosmiešňovanie osôb domnelo či reálne LGBT; rozprávanie vtipov, všeobecné urážky, narážky a zosmiešňovanie LGBT osôb a homosexuality všeobecne, schovávanie a ničenie vecí, obmedzovanie fyzického priestoru (napr. zatváranie na záchodoch alebo šatniach).*“ (Sloboda, Z., 2016, s. 87). V dôsledku demotivácie sa následky vo vzdelávacej a psychosociálnej sfére môžu prejaviť ako rapidne zhoršenie prospechu, záškoláctvom, či dokonca samovraždou. Celoslovenský LGBT prieskum (2018) uvádza odpovede 194 (7,4%) respondentov/respondentiek, ktorí/ktoré boli diskriminovaní/diskriminované zo strany pracovníka školy či univerzity.

To, ako obnoviť motiváciu, či už v oblasti primárneho (vnútorného) alebo sekundárneho (vonkajšieho) coming-outu u homosexuálne orientovaných dospelujúcich a dospelých mužov, ale zároveň poskytnúť relevantné informácie heterosexuálnym rovesníkom, sú práve seminárne alebo diskusie, ktoré však musia vychádzať

z vnútornej iniciatívy samotných pedagogičiek /pedagógov (Sloboda, Z., 2016).

Vôľa a vôľové konanie homosexuálne orientovaných dospelých mužov

M.E.P. Seligman (1990) konštatuje, že motiváciu nemožno zamieňať s vôľou, hoci sa v literatúre často uvádza vo vzájomnom spojení (poznámka autorov). Vôľová činnosť je jedným zo základných znakov ľudského mozgu. P. Haggard (2008) uvádza, že vôľa zahŕňa mozgovú sieť, ktoré tvoria sériu komplexných a otvorených rozhodnutí medzi alternatívnymi možnosťami konania. Väčšina dospelých ľudí má silnú potrebu sebariadania vlastných činností a konať podľa vlastného výberu. Vôľa pozostáva zo série rozhodnutí o tom, či konať, čo konať a kedy konať (Haggard, P., 2008). *Vôľa je „proces cieľavedomého a zámerného sebaovládania a seba-riadenia, ktorý predstavuje vrcholový orgán seba-regulácie“.* (Štefanovič, J., 1985, s. 82). Jednotlivec na základe tohto vedomého procesu riadi svoju vlastnú činnosť, pričom na to, aby dosiahol vytýčený (stanovený) cieľ, potrebuje prekonať prekážky rôzneho charakteru a intenzity. S. Forstmeier & H. Rüdell (2008) zistili, že vôľové kompetencie sú ukotvené v dvoch hlavných módoch: (1) *sebakontrola* a (2) *seba-regulácia*. Výsledky výskumu poukazujú nato, že „*pacienti využívajúci predovšetkým seba-regulačné stratégie majú menej depresívnych symptómov a menej negatívny vplyv ako pacienti, ktorí používajú hlavne stratégie sebakontroly.*“ (Forstmeier, S. & Rüdell, H., 2008, s. 75). Jadrom seba-kontroly je potlačanie tzv. nežiadúcich impulzov, kedy sú potláčané vnútorné signály, ako napríklad emócie (Forstmeier, S. & Rüdell, H., 2008).



Obrázok 2: Princíp módu seba-kontroly u homosexuálne orientovaných dospelých mužov.

Na základe výsledkov výskumu S. Forstmeiera & H. Rüdella možno vysloviť hypotézu, že využívanie predovšetkým stratégií seba-kontroly (obrázok 2), ako sú schopnosť plánovania jednotlivých krokov, kontrola impulzov, monitorovanie správania, môžu byť zdrojom depresívneho a anxiózneho (úzkostného) prežívania homosexuálne orientovaných dospelých mužov.

S vôľou ako takou sa spája aj samotné vôľové konanie, ktoré vzniká na základe vedomého rozhodovania. M. Nakonečný (1996, s. 19) uvádza, že mnoho psychológov využíva skôr termín „konanie“ ako termín „správanie“, pretože „*vyjadrujú tým špecifické ľudské správanie kontrolované vôľou, ... kognitívnymi procesmi a morálnou reflexiou (svedomím), resp. za jeho špecifický znak považujú vedomé zacielenie (zámer, úmysel, želanie).*“ Jednotlivec si uvedomuje vo väčšej miere vlastné príčiny a motívy svojho konania, pričom vstupuje do jeho komplikovaného procesu. Tento komplikovaný proces vôľového konania všeobecne ukotvujeme v troch hlavných fázach: *príprava vôľového konania, rozhodovanie, uskutočnenie rozhodnutia.*“

Príprava vôľového konania predstavuje fázu, v ktorej si jednotlivec uvedomuje príčiny svojho konania, pričom motívy ktoré pôsobia na jednotlivca môžu byť *externé (vonkajšie)*, ako sú napríklad určité príkazy okolia a *intrapsychické (vnútorné)*, kde môžeme hovoriť, že ide o presvedčenia alebo potreby daného jednotlivca (Štefanovič, J., 1985). V modeli coming out-u R. Troidena (1989, in Ryan, C. & Futterman, D., 1998) predstavuje príprava vôľového konania *štádium II* označované ako *štádium konfúzie identity*. V dôsledku nedostatku pravdivých informácií o vlastnej sexualite sú homosexuálne orientovaní dospelí muži „nútení“ k izolácii od okolia (R. Troiden, 1989, in Ryan, C. & Futterman, D., 1998). Na základe izolovania si vytvárajú copingové stratégie, ktoré im umožňujú pod vplyvom externých motívov, vedome skrývať svoje homosexuálne správanie. Podľa V. Cassovej (1979, in Cabaj, P. & Stein, S., 1996) sa homosexuálne orientovaní dospelí muži nachádzajú v *štádiu I*, ktoré je označované ako *zmätenosť identity*. Existujú tu dve možné cesty, ktoré vedú von z tohto štádia. *Prvá cesta* vedie k akceptovaniu identity v pozitívnom zmysle, kedy toto pozitívne vnímanie novej identity je kongruentné aj so správaním, konaním a s novým seba-obrazom

(Cass, V., 1979, in Cabaj, P. & Stein, S., 1996). *Druhá cesta* predstavuje vnímanie novej identity ako nežiadúcej entity, kedy pod vplyvom externých motívov je toto konanie zamerané na odstránenie, prípadne zamerané na skrývanie novej identity (Cass, V., 1979, in Cabaj, P. & Stein, S., 1996).

Rozhodovanie v kontexte procesu motivácie je proces, v rámci ktorého si jednotlivec vyberá medzi viacerými alternatívami smerujúcimi k dosiahnutiu cieľa, pričom zvažuje dôsledky výberu. V tomto kontexte často prichádza ku konfliktu motívov, ktorý predstavuje významnú úlohu, pretože jednotlivec hodnotí jednotlivé motívy a zvažuje ich dôsledky. Rozhodovanie sa realizuje na základe racionálnych faktov a úvah (racionálny systém), alebo na základe emócií a intuície (experienciálny systém). Významnou súčasťou procesu rozhodovania je kognitívna analýza. Ide o premyslenie taktiky, ktorú jednotlivec zvolí za účelom dosiahnutia vytýčeného cieľa. Ďalším dôležitým aspektom v procese rozhodovania je aj samotné očakávanie, ktoré umožňuje jednotlivcovi predvídať konanie v určitých situáciách. „*Správanie je určované nie len intenciou vyplývajúcou z aktívneho motívu, ale taktiež anticipáciou, ktorá sa uplatňuje predovšetkým už v spomenutom činiteľi subjektívnej pravdepodobnosti dosiahnutia cieľa, ale taktiež v kognitívnom spracovaní situácií: situácia sama je premenlivá a určité udalosti môžu obsahovať signály ich ďalšieho priebehu, napr. možného zvratu.*“ (Nakonečný, M., 1996, s. 24). Anticipáciou sa v tomto kontexte myslí predovšetkým predvídanie možných dôsledkov, či už na kognitívnej alebo morálnej úrovni. Vnímané je teda predovšetkým to, do akej miery je vytýčený cieľ dosiahnuteľný v kontexte výsledkov tohto predvídania. Taktiež predvídanie dôsledkov, ktoré prinášajú niečo nové na všetkých zložkách jednotlivca (materiálna, psychická, morálna), ktorých manifestácia sa u človeka na psychologickú úroveň môže prejavovať rôzne. Podľa V. Cassovej (1979, in Cabaj, P. & Stein, S., 1996) sa homosexuálne orientovaní dospelí muži v tomto procese nachádzajú v *štádiu II* označovanom ako *porovnanie identity*. V tomto štádiu si porovnávané homosexuálna a heterosexuálna identita. Je tu snaha, pomocou logických argumentov vnímať pozitívne alebo negatívne novú identitu. Zvažujú sa pozitíva a negatíva novej identity, ako je napríklad nemožnosť mať vlastné deti, či prežívanie

kongruencie a autenticity. Existujú tu 4 hlavné cesty, ktoré vedú von z tohto štádia: *Prvá cesta, druhá cesta, tretia cesta a štvrtá cesta*, pričom v tretej ceste sú rozoznávané 4 hlavné rámce (Cass, V., 1979, in Cabaj, P. & Stein, S., 1996, s. 237): „(a) *špeciálny prípad* („*Ak by som nebol pre túto osobu ktorú milujem homosexuál, tak pre nikoho iného*“); (b) *bisexuál* („*Môžem si vychutnať vzťahy s osobami opačného pohlavia, ak stretnem niekoho, kto sa mi naozaj páči*“); (c) *dočasný* („*Pre túto chvíľu myslím alebo konám takýmto spôsobom (homosexuálnym)*“); (d) *osobná nevinnosť* („*Nie je to moja vina, že som bol takýmto spôsobom stvorený, ale s pomocou by som mohol byť heterosexuálom*“). Východiskom v tomto procese rozhodovania môže byť devalvácia správania novej identity, kedy je väčšom množstve posilňovaná práve heterosexuality. Ako tvrdí V. Cassová (1979, in Cabaj, P. & Stein, S., 1996, s. 239), „... sú nútení prijať seba-obraz „*pravdepodobne som gej*“ (so zvýšeným negatívnym ohodnotením seba samého), ktoré typicky držia extrémne úrovne nenávisť, ktoré môžu viesť k samovraždám alebo sebapoškodzovaniu.“

Poslednou fázou je samotné uskutočnenie rozhodnutia. *Uskutočnenie rozhodnutia* predstavuje konečnú fázu, ale zároveň najdôležitejšiu súčasť v celom procese vôľového konania, pretože, „*táto fáza je najvladnejšou fázou vôľového konania. Príprava vôľového konania i rozhodovania neznamenajú ešte nič, ak sa rozhodnutie neuskutoční, nepremení sa na čin.*“ (Štefanovič, J., 1985, s. 169). V tejto fáze sa predstavujú aj podľa teórií R. Troidena a V. Cassovej finálne štádia formovania identity. R. Troiden (1989, in Ryan, C. & Futterman, D., 1998) uvádza posledné dve štádia, ktoré súvisia s odhalením sa inými a seba-akceptáciou: *štádium III – predpoklad identity* a *štádium IV – oddanosť*. V prvom prípade (štádium III) ide o odhalenie svojej identity sebe, ale aj iným ľuďom, ktorí sú predovšetkým členmi tejto minoritnej spoločnosti. Toto štádium trvá aj niekoľko rokov, pretože sa homosexuálne orientovaní dospelí muži snažia „popasovať“ s negatívnymi stereotypmi, ale aj s novou, stigmatizovanou identitou. V druhom prípade (štádium IV) ide o integrovanie tejto identity do všetkých zložiek života (osobnosti), pričom táto identita je zdieľaná s príslušníkmi heterosexuálnej spoločnosti. Toto štádium a pozitívne integrovanie novej identity záleží predovšetkým od stupňa sociálnej opory, ktorá je homosexuálne orientovaným

dospievajúcim a dospelým mužom poskytovaná, ale aj na základe vzorov, ktoré sú im k dispozícii (Troiden, R., 1989, in Ryan, C. & Futterman, D., 1998).

V teórii V. Cassovej (in Cabaj, P. & Stein, S., 1996) táto posledná fáza má štyri subštádia: *štádium III – tolerancia identity*, *štádium IV – akceptácia identity*, *štádium V – hrdosť identity*, *štádium VI – syntéza identity*. V jednotlivých štádiách, na základe vlastného presvedčenia a následného rozhodnutia si homosexuálne orientovaní dospelávajúci a dospelí muži prechádzajú pozitívnymi alebo negatívnymi dôsledkami svojej identity.

5 ZÁVER

Prežívanie má toľko variet a osobitostí, koľko je individuálnych odlišností v obsahu alebo intenzite jednotlivých dimenzií prežívania. Všeobecne vplyvajú obsahy prežívania jednotlivca na jeho správanie a integrujú sa v jeho osobnosti. V prostredí, v ktorom jednotlivec žije sa vyskytujú mylné koncepcie, ktorých internalizovanie (heterofaksimilita) často vedie k výraznému narušeniu sebavedomia, ako aj celého self-konceptu homosexuálne orientovaného dospelávajúceho alebo dospelého muža. Výrazným negatívnym faktorom je vysoká závislosť na kontexte, ktorá zapríčiňuje vnímanie vlastnej sexuálnej orientácie ako vysoko negatívneho elementu vlastnej osoby. Dôsledkom závislosti na kontexte je vznik automatických myšlienok a kognitívnych omylov, ktoré majú za následok negatívne prežívanie sprevádzané depresiou, úzkosťou, prežívaním zlyhania, či beznádeje v kontexte konfúzie identity. U homosexuálne orientovaných dospelávajúcich a dospelých mužov dominujú do fázy akceptácie identity spravidla negatívne obsahy prežívania, ktoré sťažujú riešenie intrapsychického konfliktu racionálnym spôsobom, čím sa intenzita vnútorného konfliktu zvyšuje.

Pod vplyvom všetkých vyššie uvedených fenoménov prichádza aj k zmareniu motivácie k integrácii novej identity do konštruktú osobnosti a určité vôľové aspekty zlyhávajú. Spúšťa sa mód seba-kontroly, ktorý má za následok monitorovanie správania, vyhýbanie sa určitým situáciám za účelom vyhnutia sa prerieknutiu (parapraxiám). Tento mód je zdrojom depresívneho a anxiózneho prežívania v procese konfúzie identity a zvyšuje šancu

k aktivácií pasívnych copingových stratégií (abúzus návykových látok, suicidálne konanie a i.). Do vysokej miery na demotiváciu pôsobí aj akademické prostredie a samotné neformálne kurikulum, ktoré sú výrazným zdrojom diskriminácie a šikanovania homosexuálne orientovaných dospelávajúcich na akademickej pôde.

Aj napriek spoločensky verbalizovanej vysokej miere tolerancie, ktorou krajina disponuje, možno pozorovať určité odkláňanie sa od integrácie inakosti do kultúry. Medializácia dezinformácií, zahŕňanie inakosti do politických súbojov a mnoho ďalších aspektov, vedú populáciu k častej vedomej či nevedomej diskriminácii ľudí, ktorí sú označovaní ako „nenormatívna populácia.“

Naším zámerom bolo poskytnúť prienik do prežívania homosexuálne orientovaných mužov s cieľom objektívne popísať vybrané obsahy ich prežívania v zóne kognícií, emocionality, motivácie a vôle, s cieľom poznať osobitosti prežívania tejto skupiny populácie.

POUŽITÁ LITERATÚRA

- [1]. Almeida, J., Johnson, R.M., Corliss, H.L., Molnar, B.E., Azrael, D. (2009). *Emotional Distress Among LGBT Youth: The Influence of Perceived Discrimination Based on Sexual Orientation*. In *J Youth Adolesc.* Vol. 38. No. 7. s. 1001 – 1014.
- [2]. Alderson, K. (2000). *Beyond Coming Out (Experiences of Positive Gay Identity)*. Insomniac Press.
- [3]. Barnhill, J.W. (2015). *Psychologické poruchy kazuistiky (Diagnostika podľa DSM-5TM)*. Vydavateľstvo F.
- [4]. Beals, K.P., & Peplau, L.A. (2001). *Social involvement, disclosure of sexual orientation, and quality of lesbian relationships*. In *Psychology of Women Quarterly*. Vol. 25. No. 1. s. 10-19.
- [5]. Sloboda, Z. (2016). *Dospívaní, rodičovství a (homo)sexualita*. Pasparta Publishing.
- [6]. Cabaj, P.C., & Stein, S.S. (1996). *Textbook of homosexuality and mental health*. American Psychiatric Press.
- [7]. Corrigan, P., & Matthews, A. (2003). *Stigma and Disclosure: Implications for coming out of the closet*. In *Journal of Mental Health*. Vol. 12. s. 235 – 248.
- [8]. Coyle, A., & Kitzinger, C. (2002). *Lesbian and Gay Psychology (New perspectives)*. London.
- [9]. Davies, B., & Rentzel, L. (1994). *Coming out of Homosexuality (New Freedom for Men & Women)*. InterVarsity Press.

- [10]. Drapela, V. J. (2011). *Přehled teorií osobnosti*. Portál.
- [11]. D'Augelli, A.R. (1991). *Gay Men in College: Identity Process and Adaptations*. In *Journal of College Student Development*. Vol. 32. s. 140 – 146.
- [12]. D'Augelli, A.R. (2002). *Mental Health Problems Among Lesbian, Gay, and Bisexual Youth Ages 14 to 21*. In *Clinical Child Psychology*. Vol. 7. No.3. s. 433 – 456.
- [13]. Forstmeier, S., & Rüdell, H. (2008). *Measuring Volitional Competences: Psychometric of a Short Form of the Volitional Components Questionnaire (VCQ) in a Clinical Sample*. In *The Open Psychology*. Vol. 1. s. 66 – 77.
- [14]. Haggard, P. (2008). Human volition: towards a neuroscience of will. *Neuroscience*. Vol. 9, s.934-946.
- [15]. Iniciatíva Inakosť. (2017) Celoslovenský LGBT prieskum.
- [16]. Isay, A. I. (1997). *Becoming gay (The Journey to self-acceptance)*. Henry Holt and Company.
- [17]. Joseph, S. (2018). *Autenticita (Jak být sám sebou a proč na tom záleží)*. Portál.
- [18]. Kockott, G., & Fahrnerová, E.M. (2001). *Sexuálne poruchy u muža*. Portál.
- [19]. Kuehlwein, K.T. (1992). *Working with gay men (Using cognitive-behavioral therapy to help gay men come out)*. In *Plenum*. S. 249-255.
- [20]. LaSala, M.C. (2006). *Cognitive and Environmental Interventions for Gay Males: Addressing Stigma and Its Consequences*. In *Families In Society: The Journal of Contemporary Social Services*. Vol. 87. No. 2. s. 181 – 189.
- [21]. Lindzey, G., & Hall, C.H. (1997). *Psychológia osobnosti*. Slovenské Pedagogické Nakladateľstvo.
- [22]. Nakonečný, M. (1996). *Motivace lidského chování*. Academia.
- [23]. Nakonečný, M. (1997). *Encyklopedie obecné psychologie*. Academia.
- [24]. Nakonečný, M. (2000). *Lidské Emoce*. Academia.
- [25]. Novák, T., & Lásková, H. (2016). *Peklo v duši (Deprese a mánie)*. Grada.
- [26]. Plháková, A. (2005). *Učebnice obecné psychologie*. Academia.
- [27]. Rogers, C.R. (1961). *On Becoming a Person (A Therapist's View of Psychotherapy)*. Houghton Mifflin Company.
- [28]. Ryan, C., & Futterman, D (1998). *Lesbian & Gay Youth (Care and Counseling)*. Columbia University Press.
- [29]. Řičan, P. (2010). *Psychologie osobnosti (obor v pohybu)*. Grada.
- [30]. Safren, A.S., Hollander, G., Hart, T.A., Heimberg, R.G. (2001) . *Cognitive-Behavioral With Lesbian, Gay, and Bisexual Youth*. In *Cognitive and Behavioral Practice*. No. 8. s. 215-223.
- [31]. Seligman, M. E. P. (1990), *Learned Optimism*. Alfred A. Knopf, Inc.
- [32]. Silver, K. (2014). *Homophobic bullying commonplace in high school physical education classes, new research suggests*. ABC News.
- [33]. Switzer, D.K. (1997). *Coming out as parents (You and your homosexual child)*. Westminster John Knox Press.
- [34]. Štefanovič, J. (1985). *Psychológia I (Všeobecná psychológia pre I. ročník stredných pedagogických škôl)*. Slovenské Pedagogické Nakladateľstvo.
- [35]. Taylor, P. (2013). *A Survey of LGBT Americans: Attitudes, Experiences, and Values in Changing times*. Pew Research Center.
- [36]. Vágnerová, M. (2010). *Psychologie osobnosti*. Nakladatelství Karolinum.
- [37]. Wright, J., Basco, M.R., Thase, M.E. (2008). *Učenie sa kognitívno-behaviorálnej terapie (Ilustrovaný sprievodca)*. Vydavateľstvo F, Pro mente sana.