

# Homosexualidad, vergüenza y riesgo.

Antes de abordar el tema, quisiera abordar algunos conceptos que se prestan a diversas interpretaciones por tratarse de términos que han salido del territorio científico para ser adoptados en el lenguaje corriente.

Entiendo por *homosexualidad*: una *conducta* que consiste en tener relaciones sexuales con alguien del mismo sexo. Tratándose sólo de una *conducta*, entre las numerosas que un individuo puede ejercer, ésta no define de modo alguno a la persona, ni da cuenta de su identidad o de sus afectos. *Homosexual* sería entonces aquella persona que tiene conductas predominantemente homosexuales; y, en el caso de que esta persona comience a configurar la percepción de sí misma y su proyecto de vida en torno de esta *conducta homosexual* y sea capaz de trascender la esfera conductual-sexual incorporando la dimensión emocional-afectiva, entonces hablamos de ser *gay* o de ser *lesbiana*, y esto sí conlleva una *identidad*.

## Un particular campo individuo-ambiente

Desde pequeños recibimos información que va conformando nuestro sistema de creencias, nuestros valores, la forma en que interpretamos el mundo que nos rodea y también cómo nos percibimos y cómo nos significamos y/o valoramos a nosotros mismos. Aprendemos que algunas conductas se consideran “*buenas*” (aceptables para la sociedad) y otras “*malas*” (rechazables). Toda sociedad instrumenta sistemas de disuasión para evitar que hagamos lo que considera “malo”. Estos sistemas disuasivos pueden ser de dos tipos: externos o internos. Como sistemas externos están las leyes, los castigos como la agresión, la discriminación, restricciones de diversa índole y otras formas de violencia y/o sanción social. Los sistemas internos (de autorestricción) son, por excelencia, la culpa y la vergüenza. Estos últimos requieren para su puesta a punto que el medio –la sociedad– le “inocule” tempranamente al sujeto algunas creencias y/o ideologías que habrán de operar como antagonizadores internos de deseos que los orienten hacia objetivos socialmente rechazados.

La vergüenza, al decir de Robert G. Lee, opera en el ámbito relacional como un regulador de las interacciones sociales. En este sentido disuade a las personas de accionar de modo que perjudiquen sus

inserciones sociales, dicho de otro modo: para evitar aquello que pudiera provocar rechazo. Lee concluye, siguiendo algunos postulados de Tomkins sobre la vergüenza que: (en su variante del pudor) es una fuerza retractora natural, cuya función es la *protección*; retrae para preservar algunas áreas como la amistad, el amor, el sexo, la espiritualidad, proveyendo una pantalla protectora para el permanente *proceso de integración* de la personalidad (*Schneider 1987*). En este sentido, como bien dice Lee: “*La naturaleza de la vergüenza es la de esconderse*”.

Esta misma vergüenza que intenta preservar las zonas más sensibles de la vida afectiva se presenta en personas homosexuales como dificultad para dar a conocer la propia orientación sexual o cuando es descubierta o expuesta por fuerza dicha condición sexual. Por ende la vergüenza, en un principio al servicio de la preservación de los vínculos, los socava cuando es llevada al extremo, creando un circuito nocivo:

Vergüenza → aislamiento como protección → pérdida de soporte relacional → incremento de la vergüenza por falta de soporte → Mayor aislamiento → vuelve a inicio...



Nuestra cultura califica a la homosexualidad como defecto, alteración, enfermedad, perversión, etc. y en consecuencia quien es homosexual siente el impulso de retraerse para ocultar ese aspecto de su ser con un doble propósito: preservar su propia integridad (aún hay países en los que se trata de un delito castigado incluso con la muerte) y para preservar los lazos sociales que proveen el *soporte externo* necesario para la experiencia vital. Sin embargo es imposible ocultarse de sí mismo. La orientación de la percepción de todo organismo puede ser hacia adentro (hacia sí mismo), hacia afuera (ambiente), o en la zona de frontera donde se despliega el *contacto*; y en este sentido no importa cuál sea la orientación, siempre se encontrará con una *oposición o rechazo*: la *homofobia* internalizada, la *homofobia* externa, o la concurrencia de ambas. Por definición, **homofobia** es el rechazo de los sentimientos y conductas homosexuales que se expresa a través de sentimientos negativos, actitudes y conductas dirigidos en contra de las personas homosexuales (Weinberg, 1972; De Cecco, 1984).

El campo en el que desarrolla su experiencia una persona homosexual, al ser comparado con la experiencia heterosexual, presenta riesgos y recursos claramente diferenciados para uno y otro, los cuales no enumeraré ahora, pero baste pensar en las leyes (reflejo de los valores de una cultura) que consideran este tipo de unión. En síntesis, el soporte ofrecido por el ambiente es mucho menor para una persona homosexual. Esto repercute de manera decisiva en el desarrollo y afirmación de una identidad positiva o concepto positivo de sí mismo, y consecuentemente en su grado de bienestar.

La homosexualidad es usualmente combatida y en el mejor de los casos es *tolerada*, pero difícilmente escucharemos que sea apoyada, respetada o reivindicada, salvo que se trate de personas homosexuales. La discriminación, el rechazo, la marginación, la invisibilización y otras formas de violencia dan cuenta, junto con la vergüenza, de que la sociedad persiste en disuadir al homosexual de aceptar sus sentimientos y de actuar en concordancia con los mismos. Todo esto puede llegar a provocar estados disociativos –eventualmente graves– a causa de la ruptura entre el sentir y el actuar o, dicho de otro modo, tener que vivir una vida pública diferente de la privada.

Otra posibilidad es que la prohibición de actuar de acuerdo con los sentimientos sea leída como *instar a NO SER*. Los adolescentes gays y

lesbianas, según estudios realizados en Canadá, Australia, Francia y E.E.U.U.<sup>1</sup> están desde seis y hasta catorce veces más expuestos a intentar el suicidio que los adolescentes heterosexuales. Siguiendo el patrón de “*mejor muerto que homosexual*” alrededor de la mitad de los jóvenes que intenta el suicidio suele hacerlo por motivos relacionados con su sexualidad. En las consultas de adolescentes y jóvenes homosexuales se presentan sensaciones de inadecuación, de falta de sentido, confusión en la identidad de género; pánico frente al posible rechazo, miedo a la anormalidad, soledad, y otras que evidencian falta de apoyo externo o temor a dicha falta. Las estadísticas suelen englobar estos casos bajo el diagnóstico de “*depresión*” y en consecuencia encubren los verdaderos móviles que llevan a estos adolescentes a la búsqueda de la muerte. Hay profesionales cuya dificultad para aceptar a un ser humano que siente diferente de ellos, sumada a su propia inseguridad los lleva a tomar como único parámetro válido la propia sexualidad. En consecuencia descuidan, o sin quererlo, maltratan a estos jóvenes instándolos a hacer modificaciones en su orientación sexual, las que sólo son posibles en un nivel *consciente-volitivo* (conductas, comportamiento) y no en el nivel emocional-afectivo (sentimientos). Estos jóvenes, deseosos de ser aceptados, ciertamente harán su mejor esfuerzo por ello. Sin embargo, intentar cambiar la orientación sexual de alguien resulta finalmente una forma más de discriminación, con consecuencias que pueden ir desde un aumento en los sentimientos de vergüenza, inadecuación y fracaso, hasta estados disociativos eventualmente severos como paranoias, situaciones de riesgo y descuido y/o auto agresión, automutilación. Es muy alto el riesgo a que se encuentran expuestos los adolescentes signados tempranamente como blanco de agresiones en la escuela, en sus barrios o en su propia casa; faltos del apoyo con que otros adolescentes cuentan y sometidos a una cuota adicional de stress que muchas veces los excede. La mayor parte de ellos no ha tenido acceso a información adecuada sobre su propia sexualidad y han sido expuestos a situaciones embarazosas, bromas, abusos diversos o chistes degradantes. Los adolescentes homosexuales presentan una estadística de haber padecido algún tipo de abuso infantil (psicológico, físico o sexual) mucho más alta que sus contrapartes heterosexuales. Muchos jóvenes homosexuales que crecen en ambientes homofóbicos y padecen el efecto traumático de escuchar cotidianamente frases despectivas respecto de su propia sexualidad, suelen ver el suicidio o el abuso de sustancias como una salida posible a ese dolor, y se

---

<sup>1</sup> Fuentes: Mouvement des Homosexuels pour le Changement, Québec; Estudio realizado en Calgary (C. Bagley et R Tremblay - 1997).

encuentran mucho más predispuestos a trastornos mentales que quienes crecen en un ambiente que les da soporte y que los contiene.

Las opciones que se presentan a una persona homosexual son dos: o niega parte de su ser (sabemos que quien desoiga su propio deseo no tendrá chance alguna de sentirse pleno y encontrar felicidad); o enfrenta la *vergüenza de ser quien es* y la consecuente *amenaza de exilio*. Asimismo, por este camino la vergüenza y la homofobia internalizada pueden llevarlo al propio descuido (autoagresión, sexo desprotegido, etc.) e incluso a la muerte. Rechazar lo que alguien siente a fin de ser aceptado lo condenará a vivir una mentira en la que quizás, si eventualmente llegara a formar una familia, involucraría a otras personas en su mentira acarreado mayor culpa y dolor también a otros.

La respuesta que muchos suelen dar a este panorama es impostar un *personaje* para el afuera y vivir a escondidas su verdadero ser; con lo que esto representa en cuanto al stress de mantener oculta la verdad y de sostener la mentira perdiendo posibilidades de compartir lo más significativo que ofrece la vida: el amor, los sentimientos, etc. con sus allegados. Sus vínculos y el sostén que estos proporcionen serán limitados ya que una parte importante de su vida estará escondida.

El desafío, para alguien homosexual que desee advenir *persona* y apropiarse como tal de su derecho a la felicidad, será desarrollar *resiliencia* (capacidad para salir fortalecido de eventos traumáticos) frente a las diversas formas de rechazo y/o de maltrato; y junto con esto deberá *atravesar su propia vergüenza*. Esto sólo se consigue transitando un complejo proceso de reatribuciones al que denominamos *“coming out”* o *“salir del armario”*. Será ésta una condición *sine qua non* para quien desee trascender el mero acto sexual y desarrollar una *“identidad positiva”* que integre su deseo y sus afectos adecuando a ellos su accionar; es decir hacerse responsable de lo que siente inaugurando así la posibilidad de dignificar sus sentimientos, su posibilidad de ser feliz y nada menos que su *ser persona* (y ya no objeto).

Dice Perls: *“No soy responsable de lo que siento, sí lo soy de lo que hago con ello...”* Muchas personas hablan de *“elección homosexual”*. La homosexualidad no es en modo alguno una elección, no podemos *elegir* lo que sentimos. ¿En algún momento de la vida nos hemos planteado si elegir como pareja un hombre o una mujer? Simplemente el propio deseo emerge

como figura generalmente clara y tomamos cuenta de éste o lo ignoramos. ¿Quién sería tan torpe para elegir algo que sabe, a priori, que ha de acarrear rechazo, desagrado, temor, pena, odio, maltrato, prejuicios... en resumidas cuentas: una masiva pérdida de apoyo externo?

Para concluir citaré al Dr. R. Duranti (NX, Dossier 2003): *“Aquellos que no pueden ver su sexualidad positivamente y viven su homosexualidad como algo clandestino, quedan confinados al sexo marginal que no tiene nada que ver con practicar sexo en un cine porno, un sauna o un baño público, sino con la imposibilidad de optar. Deben buscar sexo donde puedan sostener ese lugar anónimo que los reduce a ser objetos del deseo ajeno, que les cierra la opción de cuidarse. Y este cuidado no empieza por usar preservativo, sino mucho antes, con la adquisición de una identidad sexual que los ubique en el lugar de sujetos (...).”*

El deseo no dejará de existir, y quien lo experimente no dejará de ser quien es. Lo que puede ocurrir es que se confine o niegue ese deseo, no sólo perdiendo la posibilidad de hallar satisfacción y condenándose a ser una persona frustrada e incompleta, sino también perdiendo su posibilidad de pararse ante sí mismo con un sentido de dignidad, de integridad y de respeto por quien verdaderamente es.

Lic. Guillermo Leone - Enfoque Gestáltico - Primavera 2004

---

## BIBLIOGRAFÍA

- R. Lee & G. Wheeler, *The Voice of Shame*, Jossey-Bash Publishers, San Francisco 1996.  
Gordon Wheeler, *Beyond Individualism*, Ed. Jossey Bash, 2000.  
Perls Fritz, *Enfoque Gestáltico y Testimonios de terapia*, Ed. Cuatro Vientos, 1986.  
Kornblit, Ana Lía y M. Pecheny, *Gays y lesbianas*, Ed. La colmena, 1998.  
Butler, Judith, *El género en Disputa*, Ed. Paidós, 2001.  
Sonia Soriano Rubio, *Cómo se vive la homosexualidad y el lesbianismo*, Ed. Amarú, Salamanca, 1999.  
Eribon, Didier, *Una Moral de lo minoritario*, Ed. Anagrama, 2004.  
Eribon, Didier, *Reflexiones sobre la cuestión gay*, Ed. Anagrama, 2001.  
Robine J. M., *Contacto y relación en psicoterapia*, Ed. Cuatro vientos, 1999.  
Gershen Kaufman, Lev Raphael, *“Coming Out of Shame: Transforming Gay and Lesbian Lives”* (Paperback).  
Marc E. Vargo *“Acts of Disclosure: The Coming-Out Process of Contemporary Gay Men”*, (Paperback - May 1998).