

# EZ GARA EROTU

## BADAKIGU ZER NAHI DUGUN

OSASUN MENTALA ETA  
LGT KOLEKTIBOA:  
txostena



2009ko azaroa  
Lege Erregistroa: BI-3376-09  
Egilea: Inmaculada Mujika

Kontzetua eta koordinazioa: ALDARTE

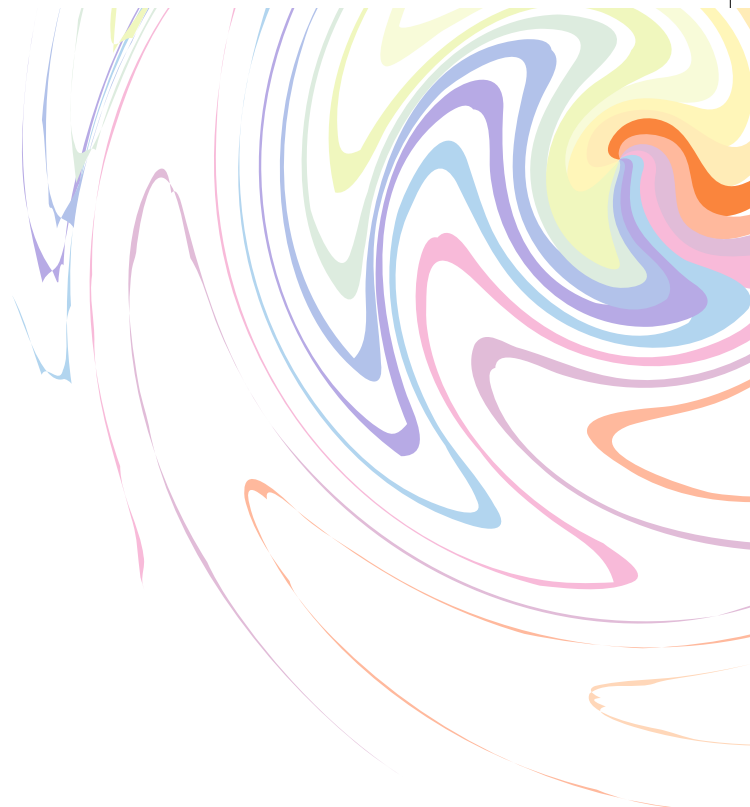


CENTRO DE ATENCIÓN A GAY, LESBIANAS Y TRANSEXUALES  
GAY, LESBIANEN ETA TRANSEXUALEN ATENZIO ZENTROA

Berastegi kalea, 5-5. dpto 8-9  
48001 Bilbo  
Tlfnoa.: 94 423 72 96  
E-mail: [aldarte@aldarte.org](mailto:aldarte@aldarte.org)  
[www.aldarte.org](http://www.aldarte.org)

Koadernoak diruz lagunduz:

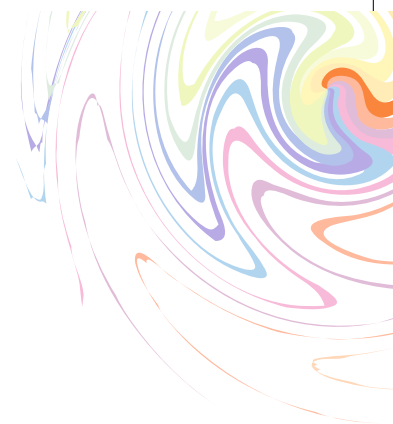




## AURKIBIDEA

SARRERA .....	3
OSASUN MENTALARI ETA NAHASMEN MENTALARI BURUZKO ZENBAIT OHAR .....	5
TRANSEXUALITATEA .....	6
ZERGATIK ATERA BEHAR DUEN TRANSEXUALITATEAK GAIXOTASUN MENTALEN ZERRENDATIK .....	8
LGT GAZTEEN ETA NERABEEN SUIZIDIOA .....	9
ZER PENTSATZEN DUTE GAIXOTASUN MENTALA DIAGNOSTIKATUA DUTEN GAY ETA LESBIANEK? .....	12





# SARRERA

Nahasmen edo gaixotasun mentala<sup>1</sup> historian zehar homosexualitateari, lesbianismoari eta transexualitateari lotu izan zaizkio. Lotura hori aurreiritzi sozial sakon batean datza, alegia, generoa eta sexualitatea “normalizat” jotakotik kanpo bizitzeko modu ororekiko aurreiritzian, eta horrek eragin du, hain zuzen ere, gizarteak LGT<sup>2</sup> kolektiboa osatzen duen jendea gaixo mentala dela uste izatea. Horrela bada, nahasmen mentala izan ala ez izan, homosexual, lesbiana eta transexualak luzaroan izan dira beren inguruetan gaixo mental moduan hautemanak.

Gaur egun, eta batez ere OMEk (Osasunaren Mundu Erakundea) homosexualitatea gaixotasunen zerrendatik kendu zuenetik, gay eta lesbianak halakoak izateagatik gaixo mental direlako pertzepzioa apaldu egin da gizartean.

Bestelakoa da, ordea, transexualek bizi duten errealitatea, OMEk genero identitatearen nahasmentzat baitu oraindik, bai eta APA<sup>3</sup>-ren gisako beste erakunde batzuek ere. Izan ere, APAk aldizka argitaratzen duen DSMn, gaixotasun mentalen zerrendan, alegia, transexualitatea agertzen da. Lehen homosexualitatearekin gertatzen zen moduan, oraindik orain, transexualak gaixo mentaltzat jotzen dituzte, nahasmen mentalen bat diagnostikatua izan ala ez izan.

Dokumentu honek gaixotasun mentala eta gaixotasunak LGTekin duen zerikusia aztertzen du, eta hurrengo gaiez mintzo zaigu:

1. Gaixotasun mentala diagnostikaturik duten gay eta lesbianeze eta sexu bereko pertsonetik duten desioa eta erakarpena onartuak izan daitezzen dituzten eragozpenez.
2. Ildo beretik, transexualitatearen inguruan sortutako problematika, bai eta gaixotasun mentalen zerrendatik kendu beharra aztertzen dira.
3. Azkenik, LGT nerabeen suizidioaz, errealitate horrek larritasuna eragin baitu horri buruzko azterketak taxutu diren herrialdeetan.

<sup>1</sup> Dokumentu honetan ez da nahasmen eta gaixotasun mentalaren arteko bereizketarik egingo.

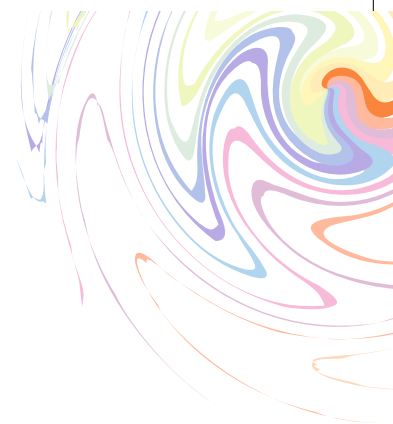
<sup>2</sup> Lesbiana, gay eta transexualez osatutako kolektiboa.

<sup>3</sup> Psikiatren Elkarte Amerikarra.



## **EZ GARA EROTU** **BADAKIGU ZER NAHI DUGUN**

Dokumentu hau jorrazeko GAI GARA taldea osatzen duten kideei egindako elkarrizketak baliatu ditugu. Talde aitzindari hori duela zazpi urte sortu zen ALDARTEn, nahasmen mentalen bat duten gay, lesbiana eta transexualak hartu eta laguntzeko asmoz, ongi baitakite zer nahi duten, eta ez dira hori ez jakiteko bezainbesteraino erotu.. Eskerrak eman nahi dizkiegu taldea osatzen duten guztiei, beren eskuzabaltasunagatik eta idazki hau prestatzen emandako laguntzagatik.



## OSASUN MENTALARI ETA NAHASMEN MENTALARI BURUZKO ZENBAIT OHAR

Osasun mentala nahiz “egoera mentala” izenaz ezagutzen da, oro har, pertsonaren eta bere inguru soziokulturalaren arteko oreka egoera, horrek bermatuko baitio bizitza kalitate egoki baterako eta ongizatea izateko lanaren, intelektuaren eta harremanen alorrean parte hartu ahal izatea. Ez da osasun mentala zer den azaltzen duen definizio “ofizialik”, eta horri buruzko edozein definizio beti izango du kultur desberdintasunen, norbere ikuspegiaren eta profesionalen teoria anitzek sortutako eztabaiden kutsua.

Teoria profesional guztiak bat datoz, ordea, “osasun mentala” eta “nahasmen mentala” elkarren kontrako kontzeptuak ez direla esaterakoan, alegia, nahasmen mentala diagnostikaturik ez izateak ez du adierazten, ezinbestean, buru-osasunez ongi gabiltzanik, eta alderantziz, nahasmen mental zehatz bat izatea ez da eragozpen osasun mental nahiko ona izateko.

Dokumentu honetan hurrengo irizpideoi jarraikiko gatzaizkie pertsonen osasun mentalaren errealitatera hurbiltzeko:

- Jokabide, sentimendu nahiz jarduera bat bera ere ez da berez psikopatologikoa, alegia, ezin dira berez nahasmen mentaltzat jo.
- Nahasmen mentala jasaten duen pertsonarentzat nahasmena traba garrantzitsua da bere garapen indibidualerako edo bere hurbileneko gizarte taldearentzat, ez baitu garapen sozial, afektibo, intelektual edo/eta fisiko hoberena lortzerik.
- Jokabide edo jarduera mentala nahasmen mental edo psikopatologiko gisa definitzen duten elementuak, ez dira normaltasuna definitzen dutenen oso desberdinak, ez bada, graduan, kopuruan, eraginean edo hedaduran. Esan nahi baita, nahasmen mentala diagnostikatua duen eta diagnostikatua ez duen pertsonen artean dagoen desberdintasuna kuantitatiboa dela, ez kualitatiboa. Buru jardueraren anomaliak zeharo arruntak dira bizitzan, eta pertsona guztiek bizitu izan ditugu osasun betean geundela, esaterako: oso hurbileko jendearen izenak ahaztea, urte-sasoiko depresioak, esperientzi psikotiko nahiz obsesiboak, antsietate egoerak eta abar. Badira, beraz, anomalia nahiz nahasmen mental mailak, eta guztiak ez dira osasun mental ezaren seinale.

## TRANSEXUALITATEA

1990eko maiatzaren 17an, Osasunaren Mundu Erakundeak (OME) Gaixotasunen eta Osasunaren bestelako Arazoen Nazioarteko Sailkapen Estatistikotik kendu egin zuen homosexualitatea (CIE-9, gaur eguneko CIE-10aren aurreko bertsioa). Erresuma Batuko gobernuak gauza bera egin zuen 1994an bai eta, ondoren, Federazio Errusiarraren Osasun Ministerioak, 1999an, eta Psikiatriako Elkarte Txinatarrak ere, 2001ean. Aurretik, 1973an, APAk aho batez bozkatu zuen homosexualitatea Nahasmen Mentalak Diagnostikatzeko Eskuliburuaren bigarren edizioko Sexu Desbideratzeak ataletik kentzea (DSM-II, egungo DSM-IVaren aurreko bertsioetako bat).

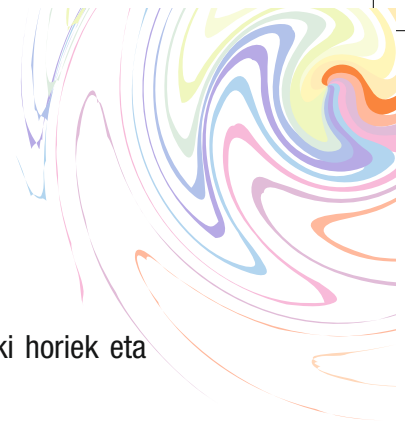
Erabaki horiek sekulako aurrerapena izan dira aniztasun sexuala onartzerakoan, bai eta gay eta lesbianeaz osatutako kolektiboaren gizarte onespenerako ere. Nahasmen mentalen tratatu horietatik desagertzearen ondorioz, behin ere zalantzan jarri behar ez zen giza duintasuna eta legitimotasun soziala berreskuratu dute.

Gizarteak eman duen aurrerapauso hori moteldu egin du, aitzitik, transexualitatea oraindik ere gaixotasun mentalen zerrenda horietan egotea; izan ere, CIE-10ean, transexualismoa sexu-identitatearen nahasmenen artean agertzen da, F 64.0 epigrafearen arabera, eta DSM-IVan ere, F 64.X kodeak biltzen dituen nahasmenen artean.

Transexualitatea patologia mentalen zerrenda psikiatrikoetan egoten segitzeak ondorio larriak ditu pertsonen eguneroko bizitzan, etengabe baitaude beren bizi-esperientzien psikiatrizazioaren mende bizitzera behartuak. Horrela,

- gizonezko eta emakumezko transexualen inguruko guztia ikuspegi kliniko eta patologikoaren pean hautematen da. Hormonazioak eta genitalak berregokitzeko ebakuntzak beren bizi ibilbideak zeharo markatzen dituzenez, transexualitatea prozesu horien arabera hautematen da, eta bigarren mailan geratzen dira pertsonen garapenerako horren garrantzitsuak diren gizarte alorra ez ezik, lan, kultur eta afektibitate-sexu alorrak ere.
- ikuspegi kliniko hori dela eta, transexualek ez dute jabetasuna pertsonalik ezta kolektiborik ere, eta gero eta ahal gutxiago dute beren kabuz erabaki eta definitzeko zein mediku-prozesuri eta zein prozesu pertsonali ekin beharko lioketen. Haien ordez, medikuek,

## OSASUN MENTALA ETA LGT KOLEKTIBOA



psikiatreek, psikologoek nahiz gurasoek hartzen dituzte, sarritan, erabaki horiek eta horiexek izaten dute azken hitza.

- transexualitateagizartean onartua izan dadin legeek zabaltzen dituzten ildoak garrantzitsuak izan arren, gehiegi begiratzen diete alderdi kliniko eta patologikoei. Horrela, erregistroetan izena aldatzeko bide ematen duen legeak (genero identitatearen legea izenez ezagutzen dena) egiaztagiri psikologikoa eta hormonazioa bi urtez egin dela egiaztatzen duen agiria exijitzen ditu.
- nahasmen mentala eta transexuala izatea bateraezinak dira. Horrela, eskizofrenia duenari (edo psikosia edo distimia..) ikuspegi klinikoak ukatu egingo dio transexual izatea, beste nahasmen hura baitu. Hori, ordea, ez da gertatzen homosexualitateaz nahiz lesbianismoaz ari garenean: gay ala lesbiana izanik nahasmen mentalen bat izan dezakete, GAI GARA taldea osatzen duten askori gertatzen zaien moduan.
- transexualitateak esangura mediku-klinikoa besterik ez du, eta horrenestez beste diziplina zientifikoek hala nola soziologiak, historiak edo antropologiak egin ditzaketen ekarpenak hutsal gertatzen dira.

## **ZERGATIK ATERA BEHAR DUEN TRANSEXUALITATEAK GAIKOTASUN MENTALEN ZERRENDETATIK**

1. transexualitatea ez delako nahasmen mental bat, lehen ere homosexualitatea eta lesbianismoa ez ziren bezala. Transek bizipozez eta sentimendu baikorrez bizi ohi dituzte beren esperientziak, eta oker bidez baino ez dago hori nahasmen mentalekin nahasterik.
2. giza aniztasuna onartzeak ez dakarrelako berekin gizarte kolektibo bateko kideak, diren modukoak izateagatik. gaixo mental modura gutxiestea.
3. legeak dioenagatik. Genero Identitateari buruzko Legea onartu zenetik baginadun gizonaezkoak eta zakildun emakumezkoak onartuak izan dira, eta horrenbestez, kontraesana da transexualitatea nahasmen mentaltzat jotzea.
4. psikiatriaren eta psikologiaren alorrean gaur egun badirelako nahasmen mentalak sailkatzeko eskuliburuek ezarritako irizpideekin bat ez etortzeaz gainera, transexualitatea psikiatrizatua<sup>4</sup> izan behar duen identitatearen nahasmentzat jotzen duten sailkapenak gaitzesten dituzten profesionalak.

---

<sup>4</sup> Gai hau aztertzeko ikus JOSE ANTONIO NIETO "Transexualidad, intersexualidad y dualidad de género" 278-318 orr.



## LGT GAZTEEN ETA NERABEEN SUIZIDIOA

LGT gazteen eta nerabeen suizidioa aipatzen badugu, ez da horien irudi dramatiko bat azaltzeko, baizik eta ezagutzen ez den, zenbaturik ez dagoen eta benetako tragediaren zantzuak dituen errealitateari heltzeko: isildu eta ezkutatu beharrak areagotzen duen errealitate tragikoa, izan ere.

Gure herrian LGT gazteen eta nerabeen suizidioari<sup>5</sup> buruzko ikerketarik ez den arren, Ipar Amerikan eta Europako gainontzeko herrialdeetan<sup>6</sup> (Ingalaterran, Belgikan, Frantzia...) egindakoek erne ibiltzeko deia zabaldu dute, gazte eta nerabeen suizidioetako asko beren sexu orientazioa eta transexualitatea lasai bizi ezin dutelako gertatzen omen delako, zeren inguruan duten presioaren kausaz hain gatazkatsua gertatzen zaie errealitatea ezen, azkenean, beren buruaz beste egitea beste erremediorik ikusten ez baitute.

Eskoletan egindako zenbait ikerketa espezializatutako emaitzek erakusten dute hogeitau urte betetzerako Ipar Amerikako (Kanada eta AEB) gazte heterosexualen %1,1 bere buruaz beste egiten ahalegindu dela. LGT gazteen artean, portzentaje hori %22ra igotzen da. Suizidio arriskuaren igoera hori beste herrialde batzuetan ere gertatzen da: Zeelanda Berrian eta Irlandan %32ra iristen da; Norvegian, %25era. Ingalaterran, Austrian nahiz Danimarkan egindako ikerketa guztiak bat datoz esaterakoan, suizidio saiakeretatik asko direla homosexualitate, lesbianismo eta transexualitate bizipenekin zerikusia dutenak.

Gure herritik kanpo egindako ikerketa askotan ageri denez, batez beste, adin bereko gazte heterosexualen artean baino %25 suizidio saiakera gehiago gertatzen da LGT gazte eta nerabeen artean. Bada emaitza horiek gure herriko errealitatera ekartzetik? Bestelako ikerketarik ezean, badirudi, espekulazio modura besterik ez bada behintzat, badela ekartzea.

Zergatik izan dezake nahiago LGT gazte edo nerabeak bere buruaz beste egin transexual, gay nahiz lesbiana izan baino? Galdera paradoxikoa dugu hau, gaurko egunean, alegia, gure herria LGTen eskubideak onartzearen aldeko abangoardian kokatu duten gizarte eta lege aurrerapenez josita dagoen unean. Zaila da sinesten egoera horren ondorioz beren buruaz beste egiten duten pertsonak badirena. Sinesten zaila bada ere, egindako ikerketek argi

<sup>5</sup> Espainian suizidioari buruz egiten diren estatistikek ez dute agertzen zergatik gertatu diren.

<sup>6</sup> Ikerketa horien atal batzuk kontsultatu nahi izatera, ikus [www.virtualcity.com/youthsuicide](http://www.virtualcity.com/youthsuicide) web orria.

erakusten dute LGT gazte eta nerabeen suizidiorako joera ez dagoela faktore geografiko nahiz faktore sozial eta profesionalen lotua edota norbere kabuz nahiz familian bizitzeari lotua, gizartean den homofobiaren gisako faktoreei baizik.

Gizarteak gaur egun gay, lesbiana eta transexualekiko duen begiruneak eta sentiberatasunak, oro har, kolektibo horien ongizate subjektiboari lagundu diola esan badezakegu ere, ez du lortu, ordea, gizartean gori-gori dirauten ideia eta aurreiritziz jositako jarrerak uxatzea, eta horiek dira, hain zuzen ere, LGT gazte eta nerabeei min ematen dietenak, zeren homosexualitatea, lesbianismoa edo transexualitatea arazorik gabe onartzeko baliabide pertsonal eta kolektiboak eskaintzen dizkieten gizarte batean bizi diren arren, sekulako kalbarioa bizi behar izaten baitute behin betiko onarpena lortu arte. Gazte eta nerabeengan gertatzen diren buru eta jokabide nahasmenetako asko gizartearen erdeinuak eragiten ditu, zeren ahalegin handiak egin behar izaten baitituzte beren izaera ukatzen dien ingurura moldatzeko; norbera disoziatu behar horrek ekar dezake, beraz, depresioa edo suizidioaren aukera.

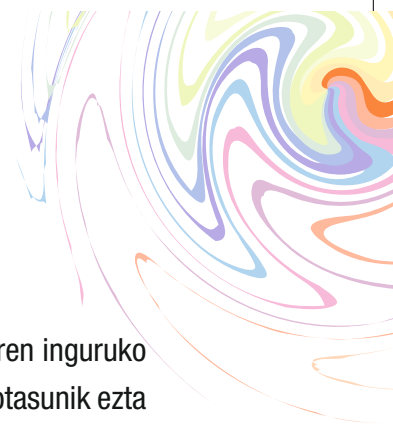
Gay, lesbiana eta transexual direnentzat, nerabezaroen adin bereko heterosexualena baino garai zailagoa izan ohi da: inguruko ulermen ezari eta giro etsaiari beldur izaten diote; uzku agertzen dira senitartekoekiko; eskola giroa ez da giro atsegina; eta adiskide eta lagunak ezinbestekoak diren sasoiaren ez dute lortzen beren sekretuak adineko lagunei esatea. Hori horrela, suizidioan pentsatzea, suizidio saiakerak eta nork bere buruari min emateko jokaerak are usuago izaten dira gazte homosexual eta transexualen artean, oro har, jokabide horiek gazteengan endemikoak badira ere. Askok ikasten du bere burua ezkutatzeko, ezkutatzegatik ordaindu beharreko prezioa izatasuna bera ukatzea izanik ere, baina oso prezio garestia da, horrek bere burua gorrotatzea baitakar.

Joera homosexuala, lesbikoa nahiz transexuala izan edo joera horietakoren baten zantzuak dituzten nerabeak izaten dira eskoletan abusuak eta erasoak jasaten dituzten lehenengoak<sup>7</sup>. Irakasleek prestaturik egon beharko lukete ikastegietan LGT gazte eta nerabeei laguntza eta arreta emateko.

Familian bertan gurasoek entzungor egiten diote beren seme nahiz alabak gay, lesbiana edo transexual izateko aukerari. Horrela, aita eta ama gehienek heterosexual direlako ustean ala eurek sortutako “semeak” edo “alabak” direlako ustean hezten dituzte beren seme-alabak. Hainbat dira jarrera horren ondorioak: guraso horiek ez dituzte sexu nahiz genero identitate

<sup>7</sup> Ikus COGAMek hezkuntza sisteman bullying homofobikoaren egoerari buruz egindako ikerketak [www.cogam.es](http://www.cogam.es) orrian.

## OSASUN MENTALA ETA LGT KOLEKTIBOA



bila dabilzan neskato ala mutiko horiek babesten ezta senitartekoen artean horren inguruko normaltasun girorik sortzen; horrela, seme-alaba horiek ez dute kanpoan ez harrotasunik ezta duintasunik ere agertzerik izango. Gurasoek ez dute ulertzen beren esku dagoela seme-alaba LGTak normaltasunez eta egonkortasunez hazi eta hezte.

Arrisku berezian daude oso familia kontserbadore, zurrun eta balore tradizionaldunetako gazte eta nerabeak. Balore horiek homosexualitatearen, lesbianismoaren eta transexualitatearen aurkako gizarte aurreiritziak justifikatzen dituztenez, neska-mutikoak suizidioaren amildegira bultzatzen dituzte.

LGT izaki eta beren buruaz beste egiten duten gazte eta nerabe askotatik, beraiek izan ezik, inork ez daki hala direna, eta horrenbestez oso zaila izaten da arazoa norainokoa den jakitea bai eta ebaluatzea ere. Beste askotan, gurasoak jakitun dira, baina bere buruaz beste egin duen seme nahiz alabaren sexu orientazioaren lotsaz ezkutatu egiten dute informazioa.

Esperientzia erakusten ari da beren senitartekoengandik ez ezik gizarte eta eskola ingurutik ere ulermena, laguntza eta errespetua jasotzen duten LGT nerabe eta gazteek suizidioaren fantasma uxatzeko ahalmena dutela eta emozioak orekaz gara ditzaketela, ziurtasun osoa bai baitute gizaki libre eta berdinari dagokion duintasuna aintzakotzat hartuko zaiela eta beren sexu orientazioa eta genero identitatea<sup>8</sup> bete-betean bizi ahal izango dutela.

<sup>8</sup> Alor honi buruz bereziki interesgarria da liburu hauek kontsultatzea: Ritch C. Savin-Williams. La nueva adolescencia homosexual. Morata argitaletxea. Madrid, 2009 eta A.M. Omoto eta H.S.. Kurtzman. Orientación sexual y salud mental. Manual Moderno argitaletxea, Mexiko, 2008.

## ZER PENTSATZEN DUTE GAIXOTASUN MENTALA DIAGNOSTIKATUA DUTEN GAY ETA LESBIANEK?

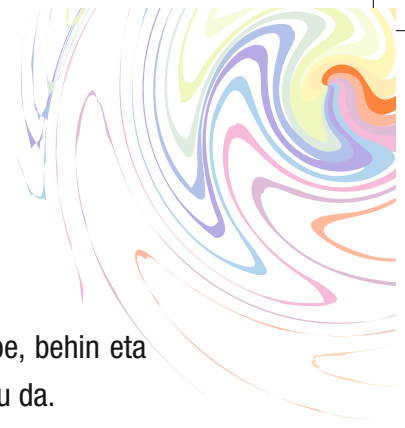
Sarreran esan dugu duela 6 urte sortu zela ALDARTEko Gai Gara taldea. Atal honetan talde hori osatzen duten pertsonen eta gaixotasun mentalari buruzko esperientziez ez ezik homosexualitatearen/lesbianismoaren inguruan eta psikiatregandik jasotako arretarenean izandako bizipenez jardungo dugu. Esperientzia guztiak 2008ko ekainean egin zen talde elkarrizketa batean jasota daude.

### ***Gaixotasun mentala versus homosexualitatea eta lesbianismoa.***

Nahasmen mentalen bat izatea eta gay nahiz lesbiana izatea ez dira Gai Garako kideek egin dituzten aukerak. Baina, zer esan nahi du beraiantzat errealitate bikoitz hori bizi beharrak? Nolatan eragiten diote elkarri bi urrakortasun sozial horiek, alegia, nahasmen mentala izateak eta LGT kolektiboko kide izateak? Horri buruzko zentzazio eta iritziak askotarikoak bezain argiak dira:

- Andresek lotura zuzena ikusten du gaixotasuna larriagotzearen eta bere homosexualitatea deskubritzearen artean: dudan gaixotasunaren parterik handienak homosexualitatearekin du zerikusia. “Gaixotzearen nengoela senitartekoei mutilak gustatzen zitzaizkidalda esan nien. Sekulakoa izan zen hura, etsita nengoen eta neronek ere ez nuen onartzen”.
- Bi estigma aldi berean izatea gehiegixko dela uste du Jonek: “lehenengo gaixo mentala, eta gero, homosexuala. Eta bi gauzak ezagutzen badizkizute, ezkertasuna bikoitza da”.
- Mikelek dio bere homosexualitatea beraren pentsamendu obsesiboen parte direla: gay ez banintz, obsesioak beste bide batetik joango ziratekeen, baina obsesionatu egiten ninduen urliak zer pentsatuko zukeen homosexuala nintzela jakingo balu. Etengabe pentsatzen nuen besteen iritzietan, eta nire sexu joera ezkutatu nahi izaten nuen. Neure burua erreprimitzen nuen, jendeak ulertuko ez zuela pentsatzen bainuen.
- Jabik pertzepzio biziagia du gay izateagatik jasandako jazarpenagatik: ni etengabe jazarri

## OSASUN MENTALA ETA LGT KOLEKTIBOA



naute hogeita hamar urtetan zehar; kalean, etxean, leku guztietan. Etengabe, behin eta berriz ekinez, modu mingarrian. Ondorioz, nire psikean horren aztarna gelditu da.

### ***Psikiatriarekiko eta psikologiarekiko loturak.***

Nahasmen mentala diagnostikatzen dizutenean, harreman estu eta iraunkorra eduki behar izaten duzu psikiatra, psikologo eta buru-osasunarekin zerikusia duten eragile ugariarekin. Gai Gara taldeko kide askok gaixotasunari lotutako terapia eta kontsulta ordu ugari igaro behar izaten dituzte.

Nolakoak izan dira eta dira, nola edo hala buru nahasmenaren sintomak arintzen ahalegindu diren osasunaren eragile horiekin guztiekiko harremanak? Eragile horiek ulertu al dute, oro har, gay nahiz lesbiana izatea eta gaixotasun mentala izatea posible dela ?

Interesgarria da osasun mentalaren profesionalei buruz alor honen inguruan gaixoek egiten dituzten komentarioak; Martak, esate baterako, honela dio: “zure lagun izaten ahalegintzen dira, baina finean ez dira lagun. Beste zenbait borde, pasota nahiz kolega motakoak dira. Nik profesional mota desberdinak ezagutu ditut, eta bat bera ere gustatzen ez zaidala ohartu naiz, ezer konpondu ez didatela eta bizitza korapilatu besterik egin ez didatela uste baitut”.

Gai Gara taldeko kideak kontsulta terapeutikoen barruan ez dute esan gay nahiz lesbiana direnik. Hona horri buruzko komentarioren batzuk:

- Marta: “ez diot psikiatra bat berari ere lesbiana naizela esan. Galdetu ere ez zidan inork galdetu, eta etengabe erlojuari begira dagoen babo aurpegiko psikiatra bati hori kontatzea ere... Egia esan, ez dut gogorik izan, eta are gutxiago ama bertan zela”.
- Andres: “nire psikiatrak gizezkoekin ibiltzea erabat debekatu zidan. Ezegonkortasuna nire gaixotasunaren parte zela pentsatzen zuen. Gizezkoekin ibiltzeko aukerak izaten nituen, baina psikiatrak ez ibiltzeko gomendatzen zidan. Beldurra sartzen zidan, eta nik, gainera, eskertu egiten nuen, gizonak ez gustatzea, errefusatzea, nire gaixotasunerako sendabidea izan zitekeela sinesten bainuen. Hogeita bost urterekin hasi nintzen harengandik urruntzen eta aholku suntsigarri haiei jaramonik ez egiten.
- Mikel: nire psikiatrak dio gauza naturala denez, ez duela horretaz zer esanik.

Mikelen komentario horrek pentsarazten digu bere psikiatraren jarrera horrek ez ote duen gay nahiz lesbiana izatea zer den gutxiesten, eta gizartean horrengatik jasan behar izaten den presio guztiari muzin egiten. Honela jarraitzen du Mikelek: “krisian nintzela, psikiatrari esan nion krisia, hain zuzen ere, homosexualitateaz oroitzeak, eta horrekin obsesionatua egoteak eragin zidala. Eta hark, ahazteko, horretan ez pentsatzeko eta inori ez kontatzeko eskatu zidan. Nik berarekin gaixotasunaz baino ez dut hitz egiten. Zergatik hitz egingo dut, bada, guztiz naturala den zerbaitez?

Homosexualitateari nahiz lesbianismoari psikiatrak nola heltzen dion, hobeto ala okerrago egin diezaioke gaixoak aurre buru-nahasmenari, eta egonkortasun emozional eta mental handiagoa lor dezake. Alderdi horretan, Andresek oso argi ikusten du zein den bidea: “aurreko psikiatra inkompetente hutsa zen, ez baitzuen niri oso garrantzitsua iruditzen zitzaidan gaia ukitu ere egin. Gaur egun ez dut batere arazorik nire medikuarekin, hura baino askozaz irekiagoa eta toleranteagoa da, eta nik ere gehiago aurreratzen dut. Gaixotasunak orain sintomarik agertzen ez badu, homosexualitatea onartuz noalako, zentratuagoa nagoelako eta gizon batekin ibiltzeak zenbait arazo eta nahigabe uxatzen dituelako da. Frustrazioak, ordea, ezkortasuna eragiten du.

Gai Gara taldeko kideekin izandako elkarrizketan deigarria iruditu zaigu artatzen dituzten profesionalak nola ukatzen dieten beren bezeroei gay nahiz lesbiana direla esateko gaitasuna bai eta nori eta nola esateko erabakitzeak ere. Badirudi profesional horiek ez dutela ulertzen “armairutik ateratzeko” prozesuan pertsona bera dela (izan nahiz ez izan buru-nahasmenik) erabakiak hartzen dituenak. Jone eta Martak ederki asko ilustratu dute puntu hori:

- Jon: “gay nintzela esan nion medikuari, eta hark amari esan behar ziola erantzun zidan. Ama sartu, eta kontatu egin zion. Ama oso erlijiosoa eta jainkojalea da eta betidanik erdeinatu izan ditu homosexualak. Hura izan zen bere bizitzako atsekaberik handiena, harentzat okerragoa izan zen, gaixo mentala nintzela baino, homosexuala nintzela jakitea. Nahiago zukeen psikiatriko batean giltzaperatua egotea, gay izatea baino”.
- Marta: “emakumezko monitore bati lesbiana nintzela esan nion, eta hark amari kontatu zion. Hura hiltzeko gogoia izan nuen, handik aurrera amak sarritan jazarri baininduen, eta etengabe esaten zidan hara zer mutiko ederra...”.



### ***Gaixotasun mentala diagnostikatu ez duten LGTekiko harremana.***

Bizitzan zehar, halako batean, norberaren homosexualitatea, lesbianismoa nahiz transexualitatea deskubritzea gogorra izan daiteke, baina denbora igarotakoan, onartze prozesua gainditu eta errealitateari aurre egin ahala egoera arinduz joaten da, gehienetan. Ez da gauza bera gertatzen, ordea, nahasmen mentalen bat baldin bada. Horrelakoetan, Gai Garako kide gehienek beren bizitzetako zorigaitzik handiena izan dela sentitu dute.

Nahasmen mentala diagnostikatzea estigma bat da gaixoarentzat, eta bereizketa argia gaixotasun hori ez dutenengandik. Zer sentitzen dute Gai Garako kideek nahasmen mentalaren diagnostikorik ez duten beste gay eta lesbianekiko? Ba al da “giroan<sup>9</sup> gaixotasun mentala duzula kontatzerik? Erantzuna ezezkoa da, eta oso zaila da, gainera, LGT kolektiboaren barruan nahasmen mentalarekin batera bizitzea.

- Leyrek honela diosku: “ondo nagoenean ez da ezer gertatzen, baina txarto nagoenean erdeinua datorkit burura, eta, orduan, isildu egiten naiz”.
- Jonek hau adierazi du: “nik honela dakusat neure egoera: gay bati nahasmen mentala dudala esaten badiot, badakit bertan behera utziko nauela, nahiz eta bera ere homosexuala izan, zeren gaixotasun bat baitago tartean, eta ez nauka zertan onartu nire sexu orientazio bera izanagatik. Nik isildu egiten dut, besterik gabe.
- Andresek dio: “mutila eta neu konfiantza izatera iristen bagara, kontaktu egiten diot. Gela ilun batean ezagutu berri dudan mutila bada, ez diot kontatzen, ihes egingo baitit. Nik uste dut, gay askok, gaixotasun mentala izan gabe, depresioak, gainbeherak edo sexu joerarekin zerikusia duten gorabeherak izaten dituztela, gaia horren estigmatizatua dagoenez, hainbat gayk eta lesbianak onarpen arazoak eta bestelakoak ere dituztelako.

Gauza bat argi dago; oro har, gizartean gertatzen den moduan, LGT kolektiboaren barruan ere beldurra ematen du gaixotasun mentalak, eta gaixoen eta egoeraren aurrean intolerantzia eta erdeinua agertzen dira. Jonek dioenez: “armairutik irten dugu, bai, baina dugun gaixotasuna homosexuali beraiei ezkutatu egin behar izaten diegu. Ez dugu zoriona erdietsi, eta jakina!, gay sektore batek ezkututzen segitu behar du.

Gai Gara osatzen dutenek uste dute gay, lesbiana nahiz transexuala dela bere buruaz pozik dagoena. Denak daude pozik direnaz, eta jakin badakite, gaixotasun mentala aldean

<sup>9</sup> LGTen topaguneak izendatzeko erabili ohi den hitza.



## **EZ GARA EROTU** **BADAKIGU ZER NAHI DUGUN**

izango dutela beti, baina kontrolatzea ere badela, medikazioa hartuz, terapia on bat eginez, eta mundura irtenez.

Denak daude Gai Garan merezi dielako, goxotasuna behar dutelako eta jendearekin harmonian egon nahi dutelako. Ez dute uste “gaixo mentalak”<sup>10</sup> “gaixo mentalekin” egon behar dutela, eta ez dute uste normal (gaixotasun mentalaren diagnostikorik ez dutenak) dauden pertsonetatik ia ezertan bereizten direnik: beharrianak dituzte, musika atsegin dute... onartzen dute, ordea, zenbait eginkizun edo egitasmo egiterik ez dutela, baina horrek ez die eragozten pertsona izatea, ondo egotea eta buru osasuna izatea.

---

<sup>10</sup> Ez zara gaixo mentala gaixotasun mentala izateagatik