

# Selvlysende eller usynlig - å navigere som LHBT+

Anbjørg Ohnstad  
anbjorg@oslomet.no

Kristian Utrimark

Psykologer som møter homofile og lesbiske i terapi, bør gi autoritet til deres opplevelser av å bevege seg i et heteronormativt samfunn.



Anbjørg Ohnstad (Foto: Skeivt Arkiv)

Å leve sammen som likekjønna, det er vel helt greit nå? Det er vel en del av den nye normalen, eller er det det?

For tretti år siden skrev jeg artikkelen «Den rosa panteren eller en i den grå masse. Forståelse av lesbiske i terapi» (Ohnstad, 1992). Den handlet om psykologiens og psykologers forståelsesmåter overfor lesbiske, og den frykten en som klient kan ha for å ikke bli forstått av en heterofil terapeut. Jeg brukte begrepene selvlysende eller usynlig for å beskrive de utfordringer lesbiske sto overfor. Jeg har ofte lurt på om disse begrepene er like gyldige i dag.

I løpet av de siste tretti årene har mye forandret seg, og homofile har fått mange av de samme rettighetene som heterofile har. Vi kan gifte oss og få barn, det er flere kjente personer som er åpne, og uttrykkene «mannen min» eller «kona mi» kan like gjerne henspille på en likekjønna. Nye problemstillinger har dukket opp, som spørsmål om trans- og ikke-binære identiteter, kjønnskorrigerende og regnbuefamilier. Psykologtidsskriftet har fulgt opp noen av disse debattene i det siste, spesielt behandling av barn og ungdom med kjønnsinkongruens. Det har vært mindre diskusjoner om lesbiske og homofile i terapi, så vidt jeg har oppfattet.

Om begrepene selvlysende eller usynlig fortsatt er gyldige, også for terapirommene, kan man lure på når vi leser i VG at Pia Edvardsen brukte hele sin ungdom på å benekte sin tiltrekning til kvinner (Norli, 2024). Hun tok i bruk ulike feminiserende tiltak og prøvde til og med konverteringsterapi for å bli heterofil, det til tross for et liberalt miljø. Da har vi kanskje ikke kommet så langt likevel?

## Påkjenningen ved å bryte normer

«Kjønn er fremdeles den grunnleggende sosiale kategori som er meningsbærende i alle sosiale og personlige forhold» skrev Harriet Holter i 1982. Selv om det er over førti år siden, tror jeg det fortsatt er gyldig. Vi bruker kjønn for å kategorisere hvem vi snakker med, hvordan vi tolker hendelser, hva vi leser, osv. Er vi usikre, ser vi etter tegn som kan hjelpe oss, er det en hen, ja så ser vi etter om det er mest en gutt eller jente.

Heteronormativiteten er så sterk at det å bryte med denne normen er en personlig påkjenning. Den sosiale kontrollen bidrar til å forsøke å usynliggjøre det likekjønna, små kommentarer som «hvem er det som er mannen i forholdet?» Ofte ligger forakten og skammen over ikke å være hetero bak et fenniss av at «nå er det greit», så kommer homohetsen fram i fylla som «ikke rart du ble lesbisk som ...» og «du tåler vel en spøk?»

*Ofte ligger forakten og skammen over ikke å være hetero bak et fenniss av at «nå er det greit»*

Omgivelsene betrakter gjerne to kvinner som fant hverandre i vel voksen alder som venninner, og inviterer aldri den andre med i familieselskap. Hvis man lar det passere og ikke orker konfrontasjonen, så fortsetter det slik.

Blikking eller *staring* på engelsk (Garland-Thomsen, 2009) er en form for mikroagresjon som lett går under radaren. Å stirre på det man ikke klarer å plassere i en kategori, er vanlig. Er det en gutt eller jente? Hva er det jeg ser? Å stirre på to jenter som går hånd i hånd, kan være å se om det er to kvinner, men det kan òg være en ubehagelig stirring som en form for å påføre de andre skam.

Mikroaggresjon opptrer i ulike former og i ulike sosiale sammenhenger, og kan være en del av usynliggjøringen. Når alt er greit, kommer usynliggjøringen fram i form av å ikke vise interesse for hvordan vi lever, man spør ikke for ikke å støte noen, en slags misforstått høflighet, og får heller ikke korrigerende eventuelle fordømmer. Man blir fanget et sted mellom å være for nysgjerrig eller å late som det er greit for meg.

Men hva med å være selvlysende? Da blir ofte alle handlinger og utsagn tolket i lys av ens seksuelle legning. Fokuset blir gjerne på seksualiteten som det viktigste ved en person. Unge kvinner som går hånd i hånd, får oppmerksomhet fra menn som gjerne vil bli med dem hjem. Eller de kan oppleve vold fra guttegjenger. Seksualisering er utbredt, og begrepet «lesbian» er en mye brukt kategori på pornosider.

### *Å tåle å være annerledes enn heteronormen er en utfordring*

Et av mine sterke minner fra terapirommet var den unge mannen som strevde med å være åpen. Han brukte metaforen at han følte seg som en avskåret rose som snart kom til å visne hen og dø. Han var uten rotfeste og avskåret som en rose; han kunne fortelle alle sine venner at han var homo, men turte ikke fortelle det til sine foreldre. Han var uten bakkekontakt. Å tåle å være annerledes enn heteronormen er en utfordring.

## **Ansvar for å anerkjenne**

Hvordan skal man da navigere i denne sosiale konteksten? Selv har jeg i mange sammenhenger valgt å være *selektiv åpen*, jeg vil helst at folk skal bli kjent med meg før jeg forteller dem om hvordan jeg lever. Jeg vurderer den sosiale konteksten og sier for eksempel på treningssenteret «det er min kone jeg trener sammen med, ikke venninne». Og hvordan man beveger seg mellom de to ytterlighetene å være selvlysende eller usynlig. Noen velger en strategi der de unngår å nevne hverken kjønn eller navn i lunsjpausen; «var i København i helga», «skal på hytta». Da kan man *passere som hetero*, og man velger en strategi der man beskytter seg. Velger man å være åpen, må man ta eventuelle spørsmål og overraskelser. «Jeg hadde aldri trodd du var lesbisk, du som er så pen.» Det er et utsagn med ulike lag.

Når man velger strategien å passere, skjuler en viktige sider ved livet sitt. De små løgnene kan bli vanskelige å holde rede på, det innebærer avsløringsangst, og nærheten til andre kan bli skadelidende. I Pia Edwardsens roman (2024) skjønner hovedpersonen at hun er lesbisk og kan ikke akseptere det. Hun kan ikke ha andre nær seg, mannen hun er gift med kan hun ikke være nær, og heller ikke andre. Etter at mannen har gått, isolerer hun seg hjemme og blir syk. Å passere kan være en måte å usynliggjøre seg selv.

En strategi som også er beskrevet i Pia Edwardsens roman, er å *signalisere tydelig* hvem man er gjennom kroppsspråk, klær og hårfrisyrer. Det er å gjøre seg selvlysende. For noen er dette det mest naturlige, mens for andre er det mer naturlig å passere.

Omgivelsenes reaksjon er ofte et sted mellom usynliggjøring, å late som alt er greit, eller å gjøre den andre selvlysende med veldig nysgjerrighet på det å være lesbisk. Et sted midt imellom er å foretrekke. Nysgjerrighet på hvordan man lever og hvordan man har det, er å bry seg.

I teksten om den rosa panteren skrev jeg at: «Terapeuter er en slags representanter for samfunnet. De gir derfor en viss autoritet til egne opplevelser og en bekreftelse om at slik du lever livet ditt er riktig for deg.» Jeg tror begrepene selvlysende eller usynlig fortsatt er gyldige i dag. Psykologer som får homofile og lesbiske i terapi, har ansvar for å anerkjenne hele livet klientene lever og gi autoritet til

deres opplevelser av å bevege seg i et heteronormativt samfunn. Psykologer er en del av samfunnet, og har også lidd under en viss berøringsangst for temaer som angår LHBT+.

*Merknad:* Ingen oppgitte interessekonflikter.

## Podkast

Hør også Anbjørg Ohnstad i podkastepisoden «Psykologen og minoriteter»

## Les også

Ohnstad, A. (1992). Den rosa panteren eller en i den grå masse. Forståelse for lesbiske i terapi og utvalgte artikler fra perioden 1973–2023 om temaet psykologen og utsatte grupper

## Referanser

Edwardsen, P. (2024). *En velskapt pike*. Aschehoug.

Garland-Thomson, R. (2009). *Staring. How we look*. Oxford University Press.

Haukaa, R., Hoel, M. & Haavind, H. (Red.). (1982). *Kvinneforskning: Bidrag til samfunnsteori. Festskrift til Harriet Holter*. Universitetsforlaget.

Norli, C. (2024, 28. april). Forfatter Pia Edwardsen gikk i konverteringsterapi. VG. <https://www.vg.no/rampelys/bok/i/Oob1y1/forfatter-pia-edwardsen-gikk-i-k...>

Ohnstad, A. (1992). Den rosa panteren eller en i den grå masse. Forståelse av lesbiske i terapi. *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 29(4), 313–321.