

‘Onderzoek naar de ervaringen van mensen die hun homoseksuele gerichtheid als ongewenst beschouwen en hulp hebben gezocht.’

Zo luidt de titel van een onderzoek dat Dina Mazzolari uitvoerde in het kader van haar afstudeeropdracht aan de Universiteit van Amsterdam. Dina heeft jarenlang bij EHAH gewerkt en de laatste jaren haar werk gecombineerd met een studie psychologie. Hieronder doet ze verslag van haar onderzoek.

Verandering

door Dina Mazzolari

In de geestelijke gezondheidszorg wordt er tegenwoordig vanuit gegaan dat een homoseksuele gerichtheid onderdeel van iemands identiteit is en dat er geen reden is tot verandering. Daarom was het bijzonder dat ik binnen de universiteit ruimte kreeg om dit onderzoek te doen.

Verschuiven

Ondanks de heersende mening zijn er mensen die hun homoseksuele gevoelens ervaren als ongewenst of in conflict komen met hun waarden en normen of hun geloofsovertuiging. Zij kunnen of willen geen homo-identiteit aannemen. Sommigen zoeken hulp om met hun homoseksuele gevoelens te leren omgaan in de hoop dat hun gerichtheid zal verminderen of veranderen. Naar de effecten van de hulp was echter nog maar weinig onderzoek gedaan en voor EHAH is het nuttig te weten hoe dit in de praktijk ervaren wordt.

Mijn onderzoek richtte zich op de vooronderstelling dat homoseksuele gerichtheid kan verschuiven in de richting van heteroseksualiteit. Daarvoor werd een vergelijking gemaakt tussen de seksuele gerichtheid in het verleden (vóór de hulp) en in het heden (na de hulp).

Goede respons

Via christelijke hulpverleners en organisaties heb ik mensen benaderd met een homofiele achtergrond die mee wilden werken aan het onderzoek. Tevergeefs heb ik geprobeerd om ook via het COC en andere homobelangengroepen mensen te vinden.

Ongeveer de helft van de respondenten (mensen die de vragenlijsten invulden) werden geworven via EHAH en Stichting Onze Weg. Alle respondenten kregen een vragenlijst toegestuurd met ruim 40 verschillende vragen. Deze vragen hadden betrekking op hun achtergrond, de motivatie, de hulpverlening, de seksuele geschiedenis, de aanwezigheid van depressieve gevoelens en dergelijke.

Verder werd gevraagd naar zeven verschillende zaken waarin de seksuele oriëntatie een rol speelt, zowel vóór en na de hulp, te weten: homoseksuele aantrekkingskracht, fantasieën, gedrag, emotionele voorkeur, sociale voorkeur, zelfidentificatie en levensstijl.

Bovendien werd gevraagd naar het toekomstideaal van respondenten met betrekking tot hun seksuele gerichtheid, zowel vóór als na de hulp.

Van de respondenten stuurde 75 procent (47 mannen en 15 vrouwen) de ingevulde vragenlijst terug. Dat is een hoog percentage voor wetenschappelijk onderzoek. Hieronder volgt een samenvatting van de resultaten van het onderzoek.

Achtergrond

De gemiddelde leeftijd van de respondenten is ongeveer 40 jaar. De jongste is 20 jaar en de oudste 64 jaar. De helft van de respondenten is getrouwd met iemand van het andere geslacht. Ruim 66 procent van de respondenten heeft een afgeronde HBO/WO of Universitaire opleiding en bijna 30 procent is werkzaam in de sociale sector of in geestelijk werk.

De meeste respondenten (46,8 procent) komen uit evangelische-charismatische kringen, gevolgd door mensen uit de reformatorische-protestante gezindten (32,2 procent). De gemiddelde leeftijd waarop zij zich voor het eerst bewust werden van hun homoseksuele gevoelens was rond 14 jaar bij mannen en tussen 16 en 20 jaar bij vrouwen. Van de respondenten was 37,1 procent nooit homoseksueel actief geweest. Bij 19,1 procent van de mannen en 33,3 procent van de vrouwen bleek dat er sprake was van seksueel misbruik in de kinderjaren. Dat is een hoog percentage.

Motivatie

De volgende drie motieven bleken het belangrijkste te zijn om hulp te zoeken:

1. Een innerlijk conflict tussen geloofsovertuiging en homoseksuele levensstijl.
2. Teveel emotionele onrust door de homoseksuele gevoelens.
3. Het verlangen om te trouwen of getrouwd blijven met iemand van de andere sekse.

De meesten meldden dat ze vóór hun dertigste levensjaar hulp hadden gezocht. Voor de meerderheid duurde de hulp tussen 2,5 en 5 jaar, inclusief zelfhulp en gespreksgroepen. Voor 39,5 procent was de hulpverlening 2 jaar geleden of nog recentier afgerond. Voor sommigen was het langer dan 10 jaar geleden.

Hulpverlening

De meesten gaven aan dat ze bij een psycholoog/psychotherapeut, pastoraal werker of in groepstherapie hulp hadden gezocht. Bijna alle respondenten bleken ook zelf intensief bezig te zijn (geweest) met hun eigen proces door boeken te lezen en conferenties bij te wonen. In de loop der jaren werd er door 87,1 procent van de respondenten gebruik gemaakt van twee tot vier verschillende soorten hulp. Voor 69,2 procent van de mensen die pastorale hulpverlening hadden ontvangen, bleek deze hulp het meest effectief te zijn ten aanzien van hun hulpvraag. De drie volgende hulpvragen bleken de belangrijkste te zijn: 1. verandering van homoseksuele gerichtheid 2. omgaan met homoseksualiteit zonder persé te willen veranderen en 3. omgaan met geloof en homoseksualiteit.

Seksuele gerichtheid

Om te weten hoe de respondenten de eerdergenoemde zeven zaken waarin de seksuele oriëntatie een rol speelt, ervoeren, zowel voor als na de hulp, werd een geleidelijk oplopende schaal gehanteerd van één tot zeven. Daarin staat één voor 'uitsluitend heteroseksueel' en zeven voor uitsluitend homoseksueel.

De resultaten lieten zien dat de respondenten een verschuiving van hun homoseksuele gerichtheid hadden ervaren in de richting van heteroseksualiteit. Op de vier punten die het meest van belang zijn voor de seksuele gerichtheid te weten de seksuele aantrekkingskracht, de seksuele fantasieën, het seksueel gedrag en de zelfidentificatie, bleek een verschuiving te zijn opgetreden van 6 in het verleden (overheersend homoseksueel, slechts incidenteel heteroseksueel) naar 3,3 in het heden (overheersend heteroseksueel, meer dan incidenteel homoseksueel).

Gezonde vriendschappen

Voor de punten van sociale voorkeur en emotionele voorkeur is het opvallend dat, vóór de hulp, de mannen meer in de richting van de andere sekse scoorden en na de hulp meer in de richting van de eigen sekse. Blijkbaar is het leren aangaan van gezonde vriendschappen met mensen van de eigen sekse een belangrijk onderdeel van de hulpverlening. Voor de vrouwen bleek hetzelfde te gelden. Bovendien was er ten aanzien van de emotionele voorkeur wel sprake van een verschuiving in de verwachte richting. Dat wil zeggen dat er minder sprake was van emotionele afhankelijkheid van de eigen sekse en meer openheid voor de andere sekse.

Er was geen verschil tussen het ideaal dat respondenten vóór en na de hulp hadden omtrent hun seksuele gerichtheid. Blijkbaar verwachten zij dat hun seksuele gerichtheid blijft verschuiven in de richting van heteroseksualiteit.

Meer veranderingen

Naast een verschuiving van de seksuele gerichtheid rapporteerden mensen veranderingen zoals minder depressieve gevoelens of zelfmoordgedachten, minder schuldgevoelens, meer zelfinzicht en emotioneel evenwicht en een grotere mate van zelfacceptatie. Voor de meeste respondenten was het van cruciaal belang om mensen om zich heen te hebben met wie ze open en eerlijk konden praten en bidden. De verdieping in de persoonlijke omgang met God was de drijfveer en kracht om anders om te gaan met hun homoseksuele gerichtheid.

Conclusie

Het onderzoek kende beperkingen. Het werd maar met één groep uitgevoerd. Het is alleen gebaseerd op wat de respondenten zelf rapporteerden, waarbij ze ook nog hun gevoelens van soms jaren geleden moesten beschrijven. We moeten daarom voorzichtig zijn met de resultaten. Het gaat hier om een zeer gemotiveerde groep mensen die er veel voor over heeft om anders om te gaan met hun homoseksuele gevoelens.

Dit onderzoek schetst een realistisch beeld: bij de meeste blijkt nog een behoorlijke mate van homoseksuele gevoelens aanwezig te zijn. Mensen die hulp zoeken kunnen zeer hoge verwachtingen hebben met betrekking tot het ontluiken van heteroseksuele gevoelens. Het gevaar bestaat dat ze teleurgesteld raken, zich schuldig gaan voelen, denken 'gefaald' te hebben of zich tegen de hulpverlener gaan keren als het gewenste resultaat uitblijft. Eerlijke informatie vóór de aanvang van de hulpverlening zal de cliënten helpen realistische verwachtingen te hebben. Bovendien blijkt, door Gods hulp en de ondersteuning van vrienden, dat het mogelijk is de eigen seksuele gevoelens te onderwerpen aan een hoger ideaal, dat meer bepalend is voor de eigen identiteit dan de seksuele gerichtheid.

Graag wil ik alle respondenten die de vragenlijst hebben ingevuld, hartelijk danken voor hun medewerking aan het onderzoek.